တရားအလုပ်မဝင်ခင် ကြိုတင်ပြင်



ဦးဃောသိတာဘိဝံသ
(ကာလီဖိုးနီးယား)

တရားအလုပ်မဝင်ခင် ကြိုတင်ပြင်

ဦးဃောသိတာဘိဝံသ

တရားအလုပ်မဝင်ခင် ကြိုတင်ပြင်

ဦးဃောသိတာဘိဝံသ
(ကာလီဖိုးနီးယား)



နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ

  

တရားအလုပ်မဝင်ခင် ကြိုတင်ပြင်

ပရိကံ

အလုပ်တစ်ခုကို လုပ်မယ်ဆိုရင် မလုပ်မီ ကြိုတင်ပြင်ဆင်ရသလို တရားအလုပ်ကို လုပ်မယ်ဆိုရင်လည်း ကြိုတင်ပြင်ဆင်ပြီးမှလုပ်ရင် တရားအလုပ်ကိုလုပ်လို့ အခက်အခဲတွေ တွေ့ကြုံလာသောအခါ ဖြေရှင်းရတာ လွယ်ကူမှာပါ။

ဥပမာ ... ခရီးဝေးတစ်ခုကို သွားမယ်ဆိုရင် အဝေးပြေးကား, ရထား,သင်္ဘော, လေယာဉ်တစ်ခုခုနဲ့ သွားဖို့စီစဉ်သောအခါ ကိုယ်သွားမယ့်ရက်, အချိန်,အဝေးပြေးကား စသည့်ရဲ့လက်မှတ်တို့ကို ကြိုတင်ဝယ်ထားရမှာပါ။

ပြီးတော့ ကိုယ်သွားမယ့်နေရာဒေသ, နိုင်ငံ,လုပ်မယ့်အလုပ်တို့ကို ကြိုတင်လေ့လာထားရမှာပါ။ ငွေကြေးနဲ့ ဆေး စသည်လည်း အပြည့်အစုံ ပါသွားရင်တော့ ပိုကောင်းတာပေါ့။ အဲဒီလို အားလုံးပြင်ဆင်ပြီးမှသွားရင် အခက်အခဲကြုံလာတဲ့အခါ ဖြေရှင်းရတာ လွယ်ကူမှာပါ။ ဒီနည်းတူစွာပါပဲ

တရားအလုပ်ကို လုပ်မယ်ဆိုရင် ကြိုတင်ပြင်ဆင်မှုတွေကို လုပ်ရမှာပါ။ အဲဒီလို ကြိုတင်ပြင်ဆင်မှုတွေလုပ်ရတဲ့ အလုပ်များကို ပရိကံလို့ ခေါ်ရခြင်းပါ။ ယင်းသို့ ပရိကံများကို တရားမရှုပွားမီ ကြိုတင်ပြုလုပ်ထားရင်တော့ အခက်အခဲများ တွေ့ကြုံရမှုဟာ နည်းပါးမှာပါ။ တကယ်လို့ တွေ့ကြုံလာရင်လည်း လွယ်လွယ်ကူကူနဲ့ ဖြေရှင်းလို့ ရနိုင်မှာပါ။

ပရိကံကိစ္စများကို တစ်ချို့ရိပ်သာများမှာ ပြုလုပ်ကြပြီး တစ်ချို့ကျတော့လည်း ရိပ်သာက အခြေကျပြီးဖြစ်နေလို့ အန္တရာယ်လည်း မတွေ့ကြုံနိုင်သဖြင့် မပြုလုပ်ကြပါ။ ထိုသို့ မပြုကြပေမယ့်လည်း ကျမ်းဂန်များမှာ ပြုလုပ်ဖို့ ညွှန်ပြထားကြတော့ ပြုလုပ်နိုင်ကြရင် ပိုကောင်းမှာပါ။

ပရိကံ ၁၀-ပါး

ထိုပရိကံတွေက ၁၀–ပါးရှိနေခြင်းပါ။

(၁) ခန္ဓာကိုယ်တွင်း သန့်ရှင်းရခြင်း

(၂) ခန္ဓာကိုယ်ပြင်ပ သန့်ရှင်းရခြင်း

(၃) ကြောင့်ကြမှုများကို ဖြတ်ထားရခြင်း

(၄) သီလခံယူဆောက်တည်ရခြင်း

(၅) တောင်းပန်ရခြင်း

(၆) ခန္ဓာကိုယ်နှင့် အသက်တို့ကို အပ်နှင်းရခြင်း

(၇) တရားပြပေးဖို့ တောင်းပန်ရခြင်း

(၈) ရိုသေလေးစားစွာ အားထုတ်ရခြင်း

(၉) အဓိဋ္ဌာန်ရခြင်း

(၁၀) သမာဓိကြီးပွားကြောင်း ဖာသုက ၆–ပါးနှင့် ပြည့်စုံရခြင်းတို့ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီထက်မကလည်း ရှိနိုင်မှာပါ။ ယခုတော့ ဒီ ၁၀–ပါးကိုပဲ အဓိကထားပြီး ရှင်းပြမှာပါ။

ခန္ဓာကိုယ်တွင်း သန့်ရှင်းရခြင်း

ခန္ဓာကိုယ်တွင်း သန့်ရှင်းရမယ်ဆိုခြင်းမှာ ဆံပင်တွေ ရှည်နေရင် ရိတ်ခြင်း, ဖြတ်ခြင်း, ဆံပင်ကိုလျှော်ခြင်း, နှုတ်ခမ်းမွေး,မုတ်ဆိတ်မွေးတို့ကို ရိတ်ခြင်း, နှုတ်ခြင်း, ခြေသည်းလက်သည်းများ ရှည်နေရင် ညှပ်ခြင်း, ဖြတ်ခြင်းတို့ကို ပြုလုပ်ရမှာပါ။ ခန္ဓာကိုယ်မှာ ချွေး, အညစ်အကြေးတွေ ရှိနေရင်လည်း သန့်ရှင်းခြင်း, ရေချိုးခြင်းတို့ကို ပြုလုပ်ရမှာပါ။

ဆီးမှန်, ဝမ်းမှန်, အအိပ်မှန်, အစားမှန်မှသာ တရားရှုမှတ်လို့ ကောင်းတာဖြစ်လေတော့ ဆီးမှန်, ဝမ်းမှန်ဖို့ အရေးကြီးခြင်းပါ။ ဒါကြောင့် ဆီးဝမ်းမှန်ဖို့အတွက် ဆီးဝမ်းမှန်တဲ့ သင့်တော်တဲ့ဆေးများကို သောက်ပေးရမှာပါ။ ဒါမှမဟုတ် ရေများများသောက်ပေးဖို့ လိုအပ်မှာပါ။ ပါးစပ်က အနံ့အသက်မကောင်းရင် မိမိအတွက် ကျန်းမာရေးမကောင်းသလို အများအတွက်လည်း အနှောင့်အယှက်ဖြစ်စေတာမို့ သွားများနဲ့ လျှာလည်း သန့်ရှင်းမှု ပြုလုပ်ရမှာပါ။

ခန္ဓာကိုယ်ဟာ သန့်ရှင်းမှုမရှိရင်ဖြစ်ဖြစ် သန့်သန့်ရှင်းရှင်း မနေတတ်ရင်ဖြစ်ဖြစ် ခန္ဓာကိုယ်က မကောင်းတဲ့ အနံ့အသက်တွေ ထွက်နေတတ်ခြင်းပါ။ အဲဒီလို ဖြစ်နေတဲ့အခါ မိမိကိုယ်တိုင်က သတိထားတတ်ရင် သိနိုင်မှာပါ။ သတိမထားဘဲ အမှတ်တမဲ့နေရင်တော့ မသိနိုင်ပေမယ့်

အနီးကပ်အတူနေတဲ့ အခြားပုဂ္ဂိုလ်က သိနိုင်မှာပါ။ တစ်ချို့ပုဂ္ဂိုလ်မှာ ခန္ဓာကိုယ်ကသန့်ရှင်းပြီး ပါးစပ်ကမသန့်ရှင်းတော့ အတူတူစကားပြောမဖြစ်လောက်အောင် မကောင်းတဲ့ အနံ့အသက်တွေက ထွက်နေခြင်းပါ။ လေလုံတဲ့ ကား, လေယာဉ်, အခန်းစသည်တို့ထဲမှာဆိုရင် ပါးစပ်ကထွက်တဲ့ မကောင်းတဲ့ အနံ့အသက်ဟာ သိပ်ကိုသိသာနေတာပါ။

ခန္ဓာကိုယ်နဲ့ပါးစပ် သန့်ရှင်းရေးလုပ်ခြင်း၊ အမွှေးနံ့သာ အသုံးပြုခြင်းတို့သည် မိမိလှပပြီး မြတ်နိုးဖွယ်ရာဖြစ်ဖို့ မဟုတ်ပါ။ ပတ်ဝန်းကျင်ပုဂ္ဂိုလ်များကို အနှောင့်အယှက်မဖြစ်ဖို့ မိမိနှင့်သူတစ်ပါးတို့ ကျန်းမာရေး ကောင်းဖို့အတွက်ပါ။ အထူးသဖြင့် ဝင်လေ, ထွက်လေ ရှုမှတ်နေသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့အတွက် မကောင်းတဲ့ အနံ့အသက်ထွက်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ရှိနေရင် ရှုပွားဖို့ အတော်ခက်ခဲနေတတ်ခြင်းပါ။ သို့ဖြစ်တဲ့အတွက်ကြောင့် ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ်နဲ့ ပါးစပ်က မကောင်းတဲ့ အနံ့အသက်တွေ မထွက်ရအောင် ကိုယ့်ကိုယ်ကို စောင့်ရှောက်ပြုပြင် နေတတ်ဖို့လိုမှာပါ။

ခန္ဓာကိုယ်ပြင်ပ သန့်ရှင်းရခြင်း

ခန္ဓာကိုယ်ပြင်ပ သန့်ရှင်းရခြင်းဆိုတာက ဝတ်ထားတဲ့ အဝတ်အစားတွေ သန့်ရှင်းနေဖို့နဲ့ မကောင်းတဲ့အနံ့အသက်တွေ သန့်နေအောင်ပြုလုပ်ထားဖို့ပါ။ ယောဂီအတွက် အင်္ကျီ, ထဘီ, ပုဆိုးအရောင် သီးသန့်ပြထားခြင်းကို ကျမ်းဂန်များ၌ မတွေ့ပေမယ့် မြန်မာပြည်တွင်းမှာ ယောဂီအင်္ကျီက အဖြူရောင်၊ ထဘီ, ပုဆိုးက အညိုရောင် ဝတ်ကြခြင်းမှာ တည်ငြိမ် ကြန့်ခြေရလို့ သင့်ဖွယ်ရှိတယ်လို့ ဆိုရမှာပါ။

သိပ်မကလက်တဲ့ မတောက်ပလွန်းတဲ့အရောင်နဲ့ မစူးရှလွန်းတဲ့ အမွှေးနံ့သာမျိုးဆိုရင် အများနဲ့အဆင်ပြေနိုင်မှာပါ။ ပြောလိုတာကတော့ သန့်ရှင်းပြီး အများအတွက် အနှောင့်အယှက်မဖြစ်နိုင်တဲ့ အရောင်နဲ့ အမွှေးရနံ့မျိုး ဖြစ်ဖို့ပါပဲ။ မိမိအိပ်တဲ့ ခေါင်းအုံး, အိပ်ယာခင်း, စောင်, မျက်နှာသုတ်,သဘက်, သွားတိုက်တံ စသည်များ အိပ်ခန်း, အိမ်သာ,ရေချိုးခန်း, မီးဖိုခန်းများလည်း မကောင်းတဲ့ အနံ့အသက်ကင်းပြီး သန့်ရှင်းနေဖို့ လိုတာပါ။ တရားရှုမှတ်တဲ့ ခန်းမနဲ့ စင်္ကြံလျှောက်ရာ ပတ်ဝန်းကျင်၌လည်း သန့်ရှင်း သပ်ရပ်ပြီး လေကောင်းလေသန့်ရဖို့ လိုအပ်တာပါ။

ခန္ဓာကိုယ် အတွင်းအပြင် အရာဝတ္ထုတွေ မသန့်ရှင်းဖြစ်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မှာ စိတ်ထဲ၌ ကြည်လင်လန်းဆန်းမှု မဖြစ်နိုင်ပါ။ စိတ်မကြည်လင်တော့ စိတ်၌ အမှီပြုပြီးဖြစ်တဲ့ အသိဉာဏ်သည် မသန့်ရှင်း မစင်ကြယ်သဖြင့် ထက်မြက်မှု မရှိနိုင်ဘူးပေါ့။ မသန့်ရှင်း မစင်ကြယ်တဲ့ ဆီမီးခွက်, မီးစာဆီတို့ကို အမှီပြုပြီး ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ မီးအလင်းရောင်သည် မကြည်လင် မတောက်ပသလို မစင်ကြယ် မကြည်လင်တဲ့ဉာဏ်နဲ့ ရုပ်နာမ်သဘော, သင်္ခါရတရားတို့ကို ရှုပွားနေသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ရုပ်နာမ်သဘောဆိုတဲ့ သင်္ခါရတရားတို့ကို ရှင်းရှင်းလင်းလင်း မသိမြင်နိုင်ပါ။ သမထကမ္မဋ္ဌာန်းတို့ကို ရှုပွားနေသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ဈာန်အင်္ဂါ ဈာန်တရားတို့ကို ထင်ရှားစွာ မသိမြင်နိုင်ပါ။ သေချာပွားများနိုင်ခြင်း ဝသီဘော်နိုင်ခြင်းများလည်း မဖြစ်နိုင်ပါ။

ခန္ဓာကိုယ် အတွင်းအပြင် အရာဝတ္ထုတွေ သန့်ရှင်းနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်သည် စိတ်ထဲ၌ ကြည်လင် လန်းဆန်းမှု ဖြစ်နေမှာပါ။ စိတ်ကြည်လင်နေတော့ စိတ်၌အမှီပြုပြီးဖြစ်တဲ့ အသိဉာဏ်သည် ကြည်လင် သန့်ရှင်းသဖြင့် ထက်မြက်

လာမှာပါ။ သန့်ရှင်းစင်ကြယ်တဲ့ ဆီမီးခွက်, မီးစာဆီတို့ကို အမှီပြုပြီး ဖြစ်ပေါ် လာတဲ့ မီးအလင်းရောင်သည် ကြည်လင်တောက်ပသလို စင်ကြယ် ကြည်လင်တဲ့ဉာဏ်နဲ့ ရုပ်နာမ်သဘော,သင်္ခါရတရားတို့ကို ရှုပွားနေတဲ့ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ရုပ်နာမ်သဘော, သင်္ခါရတရားများကို ရှင်းလင်းစွာ သိမြင်နိုင်မှာပါ။ သမထကမ္မဋ္ဌာန်းတို့ကို ရှုပွားနေတဲ့ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ဈာန်အင်္ဂါ, ဈာန်တရားတို့ကို ထင်ရှားစွာ သိမြင်နိုင်လို့ တိုးတက်အောင်မြင်မှု ရနိုင်မှာပါ။

တစ်ချို့ယောဂီများက ယောဂီဆိုရင် ဝေယျာဝစ္စမလုပ်ရဘူး၊ လုပ်ရင် ရှုမှတ်မှုတွေ ကျဲတယ်၊ ပျက်တယ်လို့ ယူဆတာ ရှိနေကြခြင်းပါ။ တကယ် တမ်းတော့ ဝေယျာဝစ္စလုပ်ရင်း ရှုပွားနေရင် ပိုပြီးတောင် အကျိုးသက်ရောက် မှုက ရှိနေလို့ ထိုအယူအဆဟာ မှန်ကန်မှု မရှိပါ။ ဗုဒ္ဓက ပရိဝါရပါဠိတော် (၂၃၁)၌ တံမြက်လှည်းခြင်းစတဲ့ သန့်ရှင်းရေး ပြုလုပ်တဲ့ အကျိုး(၅)မျိုးကို မိန့်တော်မူထားတာပါ။

သန့်ရှင်းရေးပြုလုပ်ခြင်း အကျိုး ၅-မျိုး

၁။ သန့်ရှင်းရေး ပြုလုပ်ရင် ကိုယ့်စိတ်က ကြည်လင်နေမှာပါ။

၂။ သန့်ရှင်းမှုကို မြင်ရတဲ့ သူတစ်ပါးစိတ်ကိုလည်း ကြည်လင်မှု ဖြစ်စေခြင်းပါ။

၃။ သန့်ပြန့်နေတော့ နတ်များကလည်း နှစ်သက် သဘောကျခြင်းပါ။

၄။ ကြည်လင်ခြင်းကို ဖြစ်စေတတ်တဲ့ ကုသိုလ်ကို ဖြည့်နေခြင်းပါ။
(ရုပ်အဆင်းလှအောင် ပြုလုပ်နေခြင်းပါ)။

၅။ နောက်ဘဝမှာ နတ်ဘဝသို့ ရောက်နိုင်ခြင်းပါ။

ကဗျာနဲ့ မှတ်ချင်ရင်တော့ ...

ကြည်လင်ကိုယ့်စိတ် သူ့စိတ်ကြည်လင်၊
ရုပ်သွင်လှပြား နတ်များချစ်ခင်။
သေသည်မှနောက် တက်ရောက်နတ်ခွင်၊
တံမြက်လှည်း(လှဲ) ရမြဲကျိုးငါးအင်။

နောက်တစ်မျိုး ဗုဒ္ဓက မိန့်တော်မူထားပါသေးတယ် ...

ကြည်လင်ကိုယ့်စိတ် သူ့စိတ်ကြည်လင်၊
ဗုဒ္ဓဆုံးမ ပြုကြအစဉ်။
နောက်လူတုလိုက် နတ်ကြိုက်လွန်ပင်၊
တံမြက်လှည်း ရမြဲကျိုးငါးအင်။

ဗုဒ္ဓသည် သန့်ရှင်းမှုကို လိုလားတော်မူသဖြင့် သန့်ရှင်းရေးပြုလုပ်ခြင်းသည် ဗုဒ္ဓအဆုံးအမကို လိုက်နာပြုကျင့်နေခြင်းပါ။ မိမိကိုယ်တိုင်က သပ်သပ်ရပ်ရပ် နေထိုင်တတ်မှသာ မိမိကိုအမှီပြုပြီး ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ အစဉ်အဆက် နောက်လူများကလည်း အတုလိုက်ကာ နေထိုင်တတ်ကြမှာပါ။ ဒီနှစ်မျိုးပဲ ထူးတာပါ။ ကျန်တဲ့သုံးမျိုးကတော့ အတူတူပါပဲ။

ဖော်ပြပါ ဗုဒ္ဓအဆုံးအမတွေကို သေချာလေ့လာကြည့်တဲ့အခါ ထက်မြက်တဲ့ ဉာဏ်ပညာမျိုးကို ရချင်ရင်တော့ မိမိခန္ဓာကိုယ်ကို အတွင်းရော အပြင်ပါ သန့်သန့်ရှင်းရှင်း နေတတ်ဖို့ လိုအပ်မှာပါ။ ယင်းကဲ့သို့ သန့်ရှင်းနေမှ စိတ်ကကြည်လင်ပါမယ်၊ စိတ်ကြည်လင်နေမှ စိတ်ကိုခြယ်လှယ်တဲ့ ဉာဏ်ပညာလည်းထက်မြက်လာမှာပါ။ ဉာဏ်ပညာထက်မြက်နေမှုရှိနေမှ ဉာဏ်ဖြင့်သာ သိနိုင်ရတဲ့အရာတွေကို သေချာသိမြင်နိုင်မှာပါ။

တံမြက်လှည်းခြင်းစသော သန့်ရှင်းရေး မပြုလုပ်ပိတဲ့ မထေရ်ကျော်

တံမြက်လှည်းခြင်းစတဲ့ သန့်ရှင်းရေးဝတ်ကို ဗုဒ္ဓတိုင်းက ချီးမွမ်းတော်မူကြခြင်းပါ။ ဒါကြောင့် ထိုသန့်ရှင်းရေးဝတ်ကို ပြုကျင့်သူဟာ ဗုဒ္ဓအဆုံးအမစကားကို နားထောင်သူပင် ဖြစ်နေတာပါ။ တစ်ချိန်မှာ အရှင်သာရိပုတ္တရာမထေရ်မြတ်သည် ဟိမဝန္တာတောင်အရပ်သို့ တစ်ပါးတည်း ကြွရောက်ကာ လိုဏ်ဂူတစ်ခု၌ တံမြက်လှည်းခြင်းစတဲ့ သန့်ရှင်းရေး မပြုလုပ်ဘဲ နိရောဓသမာပတ် ဝင်စားနေတော်မူတာပါ။

ထိုအကြောင်းကို ဗုဒ္ဓသိမြင်တော်မူလို့ ကောင်းကင်ခရီးဖြင့် ကြွတော်မူကာ မထေရ်မြတ် သီတင်းသုံးရာ ရှေ့တည့်တည့် အမှိုက်များ မသန့်ရှင်းသောနေရာ၌ ခြေတော်ရာများကို နင်းချပြတော်မူခဲ့ပြီး ပြန်ကြွတော်မူပါတယ်။

မထေရ်မြတ်သည် သမာပတ်မှထသောအခါ ဗုဒ္ဓခြေတော်ရာများကို မြင်ရလို့ လွန်စွာရှက်ကြောက်ရွံ့လှသဖြင့် ဒူးထောက် ဖူးမြော်ရင်း "နေရာမသန့်ရှင်းဘဲ ငါနေတာကို ဘုရားရှင် သိမြင်တော်မူသွားပြီ၊ သံဃာ့ပရိသတ် အလယ်မှာ ဝန်ခံလျှောက်ထားမှုပြုမှဘဲ" လို့ အောက်မေ့ကာ ဗုဒ္ဓထံသို့ ကြွတော်မူ၍ ရှိခိုးပြီး ထိုင်နေရာ ...

ဗုဒ္ဓက "ချစ်သားသာရိပုတ္တရာ၊ ချစ်သား ဘယ်သွားနေသလဲ၊ ငါဘုရားရှင်နဲ့ အလားတူစွာ လှည့်လည်နေထိုင်ရတဲ့ ချစ်သားဟာ တံမြက်လှည်းခြင်းစတဲ့ သန့်ရှင်းရေးမလုပ်ဘဲနေမှုဟာ မသင့်တော်ပါဘူး" လို့ မိန့်တော်မူသဖြင့် ထိုအချိန်ကစပြီး မထေရ်မြတ်သည် သင်္ကန်းရုံနေစဉ် မတ်တတ်ရပ်၍ သင်္ကန်းအနားပတ်သီး တပ်ရသည့်အချိန်မျိုးမှာပင်

(ခေတ္တခဏ ရပ်နေချိန်မှာပင်) အမှိုက်တွေ့မြင်ရရင် ခြေဖြင့်ဖယ်ရှားရှင်းလင်းပြီးမှ ရပ်တော်မူလေ့ရှိပါတယ်။

(ပရိဝါရ၊ ဌ၊ ၁၇၆) (ဝိ၊ ဋ၊ ၄၊ ၁၇၆)



ခေါင်းဆောင်ကောင်းဟူသည်

အရှင်သာရိပုတ္တရာမထေရ်မြတ်သည် ဘုရာအမှူးရှိသော သံဃာတော်များနဲ့အတူ ဆွမ်းခံမသွားဘဲ နောက်ကျပြီးမှ ဆွမ်းခံသွားလေ့ ရှိတာပါ။ သံဃာတော်များ ဆွမ်းခံသွားချိန်တွင် ကျောင်းများကို လှည့်လည် ကြည့်ရှုပြီး တံမြက်မလှည်းရသေးသောကျောင်းကို တံမြက်လှည်းပေးခြင်း၊ အမှိုက်မပစ်ရသေးသော ကျောင်းကို အမှိုက်ပစ်ပေးခြင်း၊ ရေမခပ်ရသေးသော ကျောင်းကို သောက်ရေသုံးရေခပ်ပေးခြင်း၊ သင်္ကန်းများကို ပစ်စလက်ခတ်ပစ်ထားရင် ခေါက်ပြီး သေချာထားပေးခြင်း၊ ခုတင်၊ ထိုင်ခုံစသော အသုံးအဆောင်ပစ္စည်းများကို အသုံးပြုပြီး မသိမ်းခဲ့ရင် စနစ်တကျ သိမ်းဆည်းပေးခြင်းတို့ကို ပြုလုပ်ခြင်းတို့ပါ။

ဂိလာနဆောင်သို့သွားပြီး ဂိလာနရဟန်းများကို ''အရှင်ဘုရားများ ဘာဆေးတွေကို ရှာပေးရမလဲ၊ ဘာတွေကို ဆောင်ရွက်ပေးရမလဲ၊

ဘယ်အစာအာဟာရကို အလိုရှိအပ်ပါသလဲ''လို့ မေးကာ လိုအပ်သောကိစ္စ လိုအပ်သောပစ္စည်းများကို စီမံပေးခြင်း၊ ''ဂိလာန စောင့်ရှောက်တတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်ကို သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓ ပစ္စေကဗုဒ္ဓတို့က ချီးမွမ်းကြတာ၊ ဒါကြောင့် ကိုရင်တို့ ဂိလာနပုဂ္ဂိုလ်တွေကို သေချာစောင့်ရှောက်ကြပါ''လို့ မိန့်တော်မူပြီး ဂိလာနအစောင့်အရှောက် သာမဏေများကို ဂိလာနပုဂ္ဂိုလ်များထံသို့ စေလွှတ်ပေးခြင်း ရှင်ဖြစ်စ ရဟန်းဖြစ်စ ပုဂ္ဂိုလ်များထံသို့ သွားပြီးဗုဒ္ဓ သာသနာတော်၌ ပျော်ပိုက်အောင် **''ပဋိပတ္တိသာရကံ ဗုဒ္ဓသာသနံ၊** ဗုဒ္ဓအဆုံးအမတော်သည် ပဋိပတ္တိကျင့်စဉ် အနှစ်သာရ ဖြစ်တယ်။ ဒါကြောင့် ဘာဝနာတစ်ခုခုကို မပြတ်ကျင့်နေရင် ဗုဒ္ဓသာသနာတော်မှာ ပျော်မှာပါ''လို့ ဆုံးမစကားပြောခြင်းစသော အမှုကိစ္စတို့ကို ပြုလုပ်ပြီးမှသာ ဆွမ်းခံ ကြွတော်မူတာပါ။

(သံ-ဋ္ဌ ၂၊ ၂၃၆။ မ-ဋ္ဌ ၃၊ ၉၅)

အရှင်မြတ်သည် ဝေယျာဝစ္စတို့ကို ဘာရည်ရွယ်ချက်ဖြင့် ပြုလုပ်သလဲဆိုရင် ဘာသာခြားပုဂ္ဂိုလ်တွေ ကျောင်းများကို လှည့်လည် ကြည့်ရှု လေ့လာတဲ့အခါ အပြစ်ပြောခွင့်မရဖို့ မကြည်ညိုသေးသောပုဂ္ဂိုလ်တွေ ကြည်ညိုလာဖို့ ကြည်ညိုပြီးသားပုဂ္ဂိုလ်တွေ ကြည်ညိုမှုပိုခိုင်မြဲဖို့ အရှင်မြတ်တို့ လိုပုဂ္ဂိုလ်မျိုးတောင် ဝေယျာဝစ္စပြုလုပ်သေးတယ်လို့ နောက်ပုဂ္ဂိုလ်များသိခဲ့ရင် ငါတို့လည်း ဝေယျာဝစ္စပြုလုပ်သင့်ပါလားလို့ အတုလိုက်ကာ ကျင့်သုံးနိုင်ဖို့ ရည်ရွယ်တော်မူပြီး ဝေယျာဝစ္စ ပြုလုပ်ခဲ့ခြင်းပါ။

ဝေယျာဝစ္စတာဝန်လည်းပြုလုပ်, စာပေလည်းသင်ယူ, တရားလည်းရှုရင်း, ရဟန္တာဖြစ်သွားတဲ့ သာမဏေ

တိဿမဟာဝိဟာရ ကျောင်းတိုက်ကြီး၌ ဥပဇ္ဈာယ်ဆရာတော်ကို အလွန်လေးစားကာ ဝေယျာဝစ္စ တာဝန်ဝတ္တရားကျေသော သာမဏေ ရှင်တိဿဆိုတာ ရှိပါတယ်။ ရှင်တိဿသည် တစ်နေ့တွင် အပျော်အာရုံ အတွေး(ကာမဝိတက်)ကို မပယ်ဖျောက်နိုင်သဖြင့် လူထွက်ခွင့်ပြုရန် ဥပဇ္ဈာယ် ဆရာတော်ကို ရိုသေလေးစားစွာ လျှောက်ထားတာပါ။

ဥပဇ္ဈာယ်ဆရာတော်သည် အရိယာအရှင်မြတ်ကြီး ဖြစ်သည့်အားလျော်စွာ တပည့်ကိုရင်ရဲ့ အခြေအနေကို ဆင်ခြင်သုံးသပ်တော်မူပြီး "ကိုရင် လူထွက်ချင်လည်း ထွက်တာပေါ့၊ ဒါပေမယ့် လူမထွက်ခင် တို့များ အတွက် တစ်ခုလောက်တော့ ပြုလုပ်ပေးခဲ့ပါအုံး၊ တို့များ ဒီကျောင်းမှာ ရေချိုးရတာ အခက်အခဲ ရှိတယ်၊ ဒါကြောင့် တို့များကို စိတ္တလတောင်ကို ပို့ပေးပြီး နေရာချထားပေးခဲ့ပါအုံး" လို့ မိန့်တော်မူရာ ဥပဇ္ဈာယ်ဆရာတော်အား စိတ္တလတောင်သို့ ပို့ဆောင်ကာ နေရာချထားပေးတာပါ။

စိတ္တလတောင်သို့ ရောက်လျှင် ဥပဇ္ဈာယ်ဆရာတော်က ကိုရင်တိဿအား သင်ယူလေ့လာနေဆဲ သံယုတ္တနိကာယ်ကြီးကို သင်ယူမြဲသင်ယူစေ ကျက်မြဲကျက်စေတော်မူတာပါ။ စိတ္တလတောင်သည် တိဿမဟာဝိဟာရ ကျောင်းကြီးထက် တေဇောကသိုဏ်းရှုပွားဖို့ သင့်တော်လျောက်ပတ်သည့်အတွက်ကြောင့် ကိုရင်တိဿအား ဖျောင်းဖျနားချကာ တေဇောကသိုဏ်း ကမ္မဋ္ဌာန်းကိုလည်း ပေးထားလိုက်တော်မူခြင်းပါ။

ထိုတေဇောကသိုဏ်းရှုပွားလို့ သမာဓိအတော်အတန် အားကောင်းလာလျှင် ဝိပဿနာရှုပွားနည်းကိုလည်း သင်ပြပေးထားလိုက်တာပါ။ ထို့နောက် ကိုရင်တိဿ အခြေအနေကို လေ့လာကြည့်ရှုပြီး အပျော်အာရုံ အတွေး (ကာမဝိတက်) ကို ဖြေဖျောက်ရန် လုံလောက်သေးဟန် မရှိသဖြင့် ''ကိုရင် ဒီစိတ္တလတောင်မှာရှိတဲ့ ကျောင်းတိုင်းဟာ သံဃိကကျောင်းတွေချည်း ဖြစ်နေတော့ သန့်ရှင်းပြုပြင် စီမံစောင့်ထိန်းရတဲ့ ဝိနည်းစည်းကမ်းက တာဝန်ကြီး လေးလှပါတယ်၊ ဒီတော့ ကိုရင် ပုဂ္ဂလိက နေရာကလေး တစ်ခုလောက် စီမံနိုင်ရင် ကောင်းမယ်ကွယ့်''လို့ မိန့်တော်မူသဖြင့် ကိုရင်တိဿသည် စိတ္တလ တောင်ဝှမ်း တောင်ခြေတစ်နေရာတွင် တရားအားထုတ်ဖို့အတွက် သင့်တော်မယ့် လိုဏ်ဂူတစ်ခုကို တူးဖြို ပြုလုပ်ရခြင်းပါ။

လိုဏ်ဂူကို ပြုလုပ်ရင်း တစ်ဖက်က ဥပဇ္ဈာယ်ဆရာတော်ထံမှ သင်ယူမြဲဖြစ်တဲ့ သံယုတ္တနိကာယ်ကြီးကိုလည်း သင်ယူကျက်မှတ်နေတာပါ။ တေဇောကသိုဏ်းကမ္မဋ္ဌာန်းကိုလည်း ရှုမြဲရှုနေလေရာ တိုက်တိုက်ဆိုင်ဆိုင် လိုဏ်ဂူပြုလုပ်ပြီးစီးသောနေ့၌ပင် သံယုတ္တနိကာယ်ကြီးကို သင်ယူမှုလည်းပြီးဆုံး သွားခြင်းပါ။ တေဇောကသိုဏ်းကမ္မဋ္ဌာန်းကိုရှု၍ အပ္ပနာစျာန်ကိုလည်း ရသွားတာပါ။

လိုဏ်ဂူပြီးလျှင် ဝမ်းသာအားရ ဥပဇ္ဈာယ်ဆရာတော်ထံ သွားရောက် ရှိခိုးပြီး ''ဆရာတော်ဘုရား ယခုလိုဏ်ဂူ ပြုလုပ်ပြီးပါပြီ အရှင်ဘုရား''လို့ လျှောက်ထားရာ ဥပဇ္ဈာယ်ဆရာတော်ကိုယ်တိုင် လိုက်ကြည့်တော်မူကာ . . .

''သြော် ကိုရင်တိဿ၊ တယ်ကောင်းပါလား၊ ကိုရင်က အတော့်ကို အပင်ပန်းခံပြီး လုပ်ထားတာကိုး၊ သာဓု သာဓု သာဓု၊ ကဲ ကဲ ကိုရင်

(ကြိုးစားပမ်းစား ပြုနိုင်ခဲ့တဲ့ ဆရာသမားဝတ်ကို ဆောင်ပေးတဲ့အတွက်) ဒီနေ့တစ်ရက် ကိုရင်ပဲနေပါဦး''လို့ ခွင့်ပြုမိန့်တော်မူလိုက်တာပါ။ ဥပဇ္ဈာယ်ဆရာတော်က အမိန့်ရှိသဖြင့် ကိုရင်လည်း မိမိပြုလုပ်ထားသော လိုဏ်ဂူအသစ်၌ ဝင်ရောက်နေထိုင်တာပါ။

ကိုရင်သည် စိတ်ကလည်းကြည်နူး နေရာကလည်းသပ္ပါယဖြစ်သဖြင့် တေဇောကသိုဏ်း အပ္ပနာစျာန်သမာဓိကို အခြေခံပြီး ဝိပဿနာရှုပွားရာ ထိုနေ့မှာပင် ရဟန္တာဖြစ်တော်မူတာပါ။ အပျော်အာရုံအတွေး(ကာမဝိတက်)ကို အောင်နိုင်လို့ ကိုရင်တိဿမှသည် အရှင်တိဿမထေရ်ကြီး ဖြစ်သည့်တိုင် အောင် ထိုလိုဏ်ဂူ၌ပင် ပရိနိဗ္ဗာန်စံဝင်သည့်အထိ သီတင်းသုံးတော်မူသွားတာပါ။ ထိုနေရာ၌ သာသနာ့မော်ကွန်း တင်ကာ **''တိဿထေရစေတီတော်''** လို့ပင် ယခုတိုင် ဖူးတွေ့ရခြင်းပါ။

(မ-ဋ္ဌ၊ ၂၊ ၃၉၅။ ဝိတက္ကသဏ္ဌာနသုတ်)

အသိတရားရှိလျှင် ဝေယျာဝစ္စအလုပ်သည် မခက်ခဲ

အတွေ့အကြုံတစ်ခုကို ပြောပြမှာပါ။ အမေရိကန်နိုင်ငံ ၊ မန်ချက်ချူးဆက်ပြည်နယ်မှာ အနောက်တိုင်းသားများ တည်ထောင်ထားတဲ့ **Insight Meditation Society** ခေါ်တဲ့ရိပ်သာကြီးသုံးခုရှိရာ **Forest Refuge** ဆိုသော ဌာနတစ်ခု၌ စာရေးသူ(၂)နှစ် လရှည် တရားစခန်းဝင်စဉ်က အတွေ့အကြုံပါ။

ထိုဌာနမှာ တရားစခန်းဝင်တဲ့အခါ သက်သတ်လွတ် စားရပြီး တရားစစ်ချိန်ကလွဲရင် စကားပြောခွင့် မပြုပါဘူး။ ယောဂီတစ်ယောက်အတွက် တစ်ရက်ကို အနည်းဆုံး(၅၅)ဒေါ်လာ ပေးရတာပါ။ ထိုသို့ပေးရပေမယ့်

ယင်းဌာန၌ တရားစခန်းဝင်လိုသူများသဖြင့် ချက်ခြင်း ဝင်ခွင့်မရနိုင်ပါ။ (၂)နှစ်လောက် စောင့်နိုင်မှ ဝင်ခွင့်ရခြင်းပါ။

ငွေကြေးမည်မျှပင် ပေးရခြင်းဖြစ်ပါစေ၊ ယောဂီတစ်ယောက်သည် နေ့စဉ် တစ်နာရီခန့် ကိုယ့်စိတ်ဆန္ဒဖြင့် အလိုအလျှောက် ပြုလုပ်ရသည့် ဝေယျာဝစ္စအလုပ်ကို လက်မှတ်ထိုးပြီး ပြုလုပ်ရခြင်းပါ၊ ဝေယျာဝစ္စ အလုပ်တွေကတော့ တရားထိုင်တဲ့ခန်းမ, စင်္ကြန်လျှောက်ခန်း, စားသောက်ခန်း စသော ခန်းမတို့ကို သန့်ရှင်းရေး ပြုလုပ်ရခြင်း၊ အရုဏ်ဆွမ်း,နေ့ဆွမ်းစားချိန် ညနေဖျော်ရည်သောက်ချိန်များမှာ ပြင်ဆင်ပေးရခြင်း၊ ပန်းကန်တွေကို စက်နဲ့ဆေးပေးရခြင်း၊ ပြတင်းပေါက်မှန် တံခါးတွေကို သန့်ရှင်းရခြင်း စသည်ဖြင့် များစွာရှိနေတာပါ။

ထိုဝေယျာဝစ္စအလုပ်တွေထဲက အလုပ်တစ်ခုကို လက်မှတ် ရေးထိုးပြီး နေ့စဉ် ပြုလုပ်ရခြင်းပါ။ အဲဒီအလုပ်တွေက ပြုလုပ်မည့်ပုဂ္ဂိုလ် ပြည့်သွားပြီဆိုရင်လည်း အလှစိုက်ထားတဲ့သစ်ပင်, ပန်းပင်များရဲ့အောက်မှာ ပေါက်နေတဲ့ ပေါင်းမြက်ပင်များကို သန့်ရှင်းရေး ပြုလုပ်ရခြင်းပါ။ အသက်ကြီးလို့ ကျန်းမာရေးမကောင်းလို့ ဆိုပြီးရှောင်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ရယ်လို့ မတွေ့မိပါ။ ယောဂီအားလုံးဟာ ကိုယ့်စိတ်ဆန္ဒဖြင့် ပြုလုပ်ရတဲ့ဝေယျာဝစ္စဆိုတော့ စိတ်ပါလက်ပါ လုပ်နေကြတာကို တွေ့ခဲ့ရခြင်းပါ။

ထိုတရားစခန်းကို စာရေးသူဝင်စဉ်အချိန်၌ အမေရိကန်ယောဂီ တွေဟာ နည်းပါတယ်၊ ဥရောပယောဂီတွေသာ များတာပါ။ အရှေ့တိုင်းသား တွေလည်း အနည်းငယ် ပါဝင်နေတာကို တွေ့ရခြင်းပါ။ အနောက်တိုင်းသားတွေဟာ များသောအားဖြင့် သဘောမကျရင်

သဘောမကျကြောင်းကို ပြောဆိုတတ်ကြပေမယ့် ဝေယျာဝစ္စလုပ်ရခြင်းနဲ့ ပတ်သက်လို့ ဘယ်သူမှ သဘောမကျကြောင်း ပြောတာကို မတွေ့ခဲ့ရပါဘူး။ ယောဂီအားလုံးသည် သန့်ရှင်းရေးကို လုပ်ရမယ်လို့ အသိစိတ်ဓာတ် ရှိထားတဲ့အတွက် ကိုယ်နိုင်သမျှ တာဝန်ယူပြီး လုပ်သွားကြခြင်းပါ။

ဗုဒ္ဓအဆုံးအမတိုင်း လိုက်နာကျင့်သုံးဖို့ ရည်ရွယ်ချက်ဖြင့် တရားရိပ်သာတစ်ခုခု၌ ယောဂီအဖြစ်ဝင်ရောက်တဲ့အခါ ထိုရိပ်သာမှာ ဝေယျာဝစ္စလုပ်တဲ့သူ မရှိရင်ဖြစ်ဖြစ် ဝေယျာဝစ္စပြုလုပ်သူ အားနည်းနေရင်ဖြစ်ဖြစ် တွေ့လာခဲ့ရင် ဗုဒ္ဓအလိုကျလည်းဖြစ် ရိပ်သာရဲ့လိုအပ်ချက်ကို ကူညီပေးတာ လည်းဖြစ်တဲ့ သန့်ရှင်းရေးစတဲ့တာဝန်ကို ကိုယ့်အသိတရားနဲ့ ပြုလုပ်ပေးဖို့ လိုအပ်မှာပါ။

စာရေးသူဟာ ဂျမေကာကျွန်းနိုင်ငံကို အကြိမ်များစွာ သွားရောက်ပြီး တရားဟော တရားပြခဲ့ဖူးတာပါ။ ထိုနိုင်ငံသား အားလုံးရဲ့ အသားအရောင်ဟာ အမည်းချည်းပါပဲ။ လူတွေကမည်းနေပေမယ့် ဖြူစင်သန့်ရှင်း သပ်ရပ်မှုကိုတော့ နှစ်သက်သဘောကျကြခြင်းပါ။ ယင်းသို့ နှစ်သက်သဘောကျကြတော့ နံနက်လင်းတာနဲ့တစ်ပြိုင်နက် ကိုယ့်အိမ်ရှေ့လမ်းမကအစ တစ်အိမ်လုံး လူကြီး လူငယ်အားလုံးဟာ သန့်ရှင်းရေး ပြုလုပ်ကြတာပါ။

ပြီးတော့ ရှူးဖိနပ်စီးရင်တောင် အဖြူရောင်ကို အစီးများတာကို တွေ့ရခြင်းပါ။ သူတို့နိုင်ငံကိုသွားတဲ့ပြန်တဲ့လေယာဉ်ပေါ်မှာဆိုရင် အဲဒီ နိုင်ငံသားတိုင်းဟာ သန့်ရှင်းသပ်ရပ်ပြီး မွှေးလို့ကြိုင်လို့ အဲဒီလို တွေ့ကြုံရတဲ့အခါမှာ စာရေးသူဟာ ''ငါ့ခန္ဓာကိုယ်က အနံ့တွေဟာ နံများ နေပြီလား''လို့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုပြန်ပြီး မကြာခဏ စစ်ဆေးကြည့်ဖြစ်ခြင်းပါ။

ထိုနိုင်ငံကိုရောက်နေစဉ် အချိန်တွင် မြန်မာအမျိုးသမီးကြီးတစ်ဦးဟာ မေ့မြောရောဂါ (**Coma**)ဖြစ်သွားလို့ ဆေးရုံတက်နေရခြင်းပါ။ စာရေးသူဟာ ဆေးရုံကိုသွားပြီး ပရိတ်တရားတော်များကို ရွတ်ဖတ်ပူဇော်ပေးပြီး အသိစိတ်က ရှိနေတော့ သိနိုင်သဖြင့် ဝိပဿနာရှုနည်းကိုပါ တိုးတိုးသာသာ ပြောပြခဲ့ခြင်းပါ။ ယင်းအခန်းထဲမှာ အခြားလူမမာတွေပါ ရှိနေပေမယ့် ဆေးအနံ့တောင် မရှိဘဲ မွှေးကြိုင်နေအောင် ပြုလုပ်ထားတာကို တွေ့ကြုံခဲ့ရခြင်းပါ။

ယင်းဆေးရုံဟာ အစိုးရဆေးရုံပါ၊ များသောအားဖြင့် တွေ့ရတတ်တာက ပုဂ္ဂလိကဆေးရုံတွေဆိုရင် သန့်ရှင်းသပ်ရပ်နေပေမယ့် အစိုးရဆေးရုံတွေကတော့ စာရေးသူတို့ပြည်တွင်းမှာဆိုရင် သန့်ရှင်းသပ်ရပ်မှုက အလွန်ပင် အားနည်းနေတတ်ကြခြင်းပါ။ ပုဂ္ဂလိကဆေးရုံများဆိုရင်လည်း သန့်ရှင်းသပ်ရပ်မှုရှိပေမယ့် ဆေးအနံ့တွေကတော့ သန့်ရှင်းအောင် မလုပ်နိုင်ကြပါဘူး။

ကျန်းမာရေးကို အထူးစောင့်ရှောက်ပေးနေတဲ့ ဌာနတွေတောင်မှ မသန့်ရှင်းမသပ်ရပ် အနံ့အသက်တွေမကောင်းဖြစ်နေရင် အခြားဌာနတွေဆိုရင်တော့ ဘယ်လောက်များ အားနည်းမှု ရှိနေကြမလဲလို့ စဉ်းစားကြည့်လိုက်ရင် အတော်ကို ရင်လေးစရာပါ။ သန့်ရှင်းသပ်ရပ်မှု အနံ့အသက်ကောင်းအောင် ပြုလုပ်မှုတို့မှာ ကျန်းမာရေးဌာနက ဝန်ထမ်းတွေချည်းသာ တာဝန်ရှိခြင်း မဟုတ်ကြပါ။ လူတိုင်းမှာ တာဝန်ရှိနေခြင်းပါ။

တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းရေး၊ ပတ်ဝန်းကျင်သန့်ရှင်းရေး အသိတရားရှိဖို့ လူတိုင်းမှာ လိုအပ်နေခြင်းပါ။ အဲဒီလို အသိတရားရှိနေရင် သန့်ရှင်းရေးအလုပ်ဆိုတာ မဖြစ်မနေ တာဝန်ယူလုပ်ရမယ်ဆိုတာကို အလိုလို နားလည်

သဘောပေါက်လာကြမှာပါ။ သန့်ရှင်းနေမှ စိတ်ကြည်လင်ပြီး ကျန်းမာရေး လည်းကောင်းလာမှာပါ။ ကျန်းမာရေးကောင်းနေပါမှ တရားဆိုတာ တကယ်ကြိုးစား အားထုတ်နိုင်ခြင်းပါ။

ဝေယျာဝစ္စလုပ်နေသူတွေ ရှိနေရင်ဖြစ်စေ ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာက ဝေယျာဝစ္စပြုလုပ်ခွင့် မပေးရင်ဖြစ်စေ မလုပ်ပဲ နေနိုင်ပါတယ်၊ တစ်ချို့ ယောဂီများက တရားရှုမှတ်ချိန်တွေမှာ မရှုမှတ်ချင်လို့ ဝေယျာဝစ္စအလုပ်ကို အကြောင်းပြပြီး ရှောင်နေမှုမျိုးကတော့ ကိုယ့်အဓိက ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ တစ်ခြားစီဖြစ်နေလို့ မကောင်းဘူးပေါ့။



ကြောင့်ကြမှုများကို ဖြတ်ထားခြင်း

တရားအလုပ်ကိုလုပ်နေသောယောဂီသည် အလုပ်ခွင်အနှောင့် အယှက်ဖြစ်စေတတ်သော ကြောင့်ကြမှု–**ပလိဗောဓ** (၁၀)မျိုးကို ဖြတ်ထား ရမှာပါ။

ကြောင့်ကြမှု-ပလိဗောဓ(၁၀)မျိုး

၁။ **အာဝါသပလိဗောဓ**=နေရာထိုင်ခင်းအတွက် ကြောင့်ကြစိုက်နေရခြင်း။

ရဟန်းတော်များဖြစ်ရင် ပုဂ္ဂလိကကျောင်း, သံဃိကကျောင်း, ကျောင်းတိုက်တာတစ်ခုလုံး, ကျောင်းတိုက်များ, ရိပ်သာများကိစ္စတွေကို ကြောင့်ကြစိုက်နေရခြင်းပါ။ လူဆိုရင် တိုက်ခန်း,အိမ်,ခြံကိစ္စတွေကို ကြောင့်ကြများနေမှုပါ။ ကြောင့်ကြမှုများတယ်ဆိုတာ ထိုနေရာထိုင်ခင်းများမှာ အလုပ်ရှုပ်နေခြင်း၊ ပစ္စည်းတွေ သိမ်းဆည်းစောင့်ရှောက်နေရခြင်း၊ အကြောင်း တစ်ခုခုကြောင့် ထိုအရာဝတ္ထုများအပေါ်၌ ငဲ့ကွက်,တွယ်တာနေခြင်းတို့ပါပဲ။

၂။ **ကုလပလိဗောဓ**= ဒကာ,ဒကာမ,မိတ်ဆွေသူငယ်ချင်းများအတွက် ကြောင့်ကြစိုက်နေရခြင်း။

ထိုပုဂ္ဂိုလ်များနှင့် ဆင်းရဲချမ်းသာအတူ ရင်းနှီးကျွမ်းဝင် ရောယှက်နေရသဖြင့် အနှောင့်အယှက် ဖြစ်နေခြင်းပါ။

၃။ **လာဘပလိဗောဓ** = ပစ္စည်းရမှုအတွက် ကြောင့်ကြစိုက်နေရခြင်း။

ရဟန်းတော်များ ဘုန်းကြီးလာရင် ရောက်တဲ့အရပ်မှာ လှူဒါန်းသူတွေများလာမှု၊ ထိုအလှူရှင်များကို တရားဟောရမှု၊ တစ်နေကုန် အလှူရှင်များနှင့်တွေ့ဆုံကာ အချိန်ကုန်မှုတွေ ဖြစ်လာခြင်းပါ။ လူပုဂ္ဂိုလ်များ စီးပွါးရေးတွေအကြီးအကျယ်လုပ်ထားရင် ကုန်သွယ်ဘက်ပုဂ္ဂိုလ်များနှင့် တွေ့ဆုံပြောဆိုရမှု၊ ကိုယ့်ဝန်ထမ်းများကို ပြောဆိုစီမံရမှု စသည်ဖြင့် တရားရှုပွားနေရင်း အနှောင့်အယှက်များစွာ ဝင်လာတတ်ခြင်းပါ။ တရားအားထုတ်ရာဌာနသို့ တန်းဖိုးရှိသော ပစ္စည်းများကို ဝတ်ဆင်လာခြင်း, ယူလာခြင်းမှာ ထိုပစ္စည်းအတွက် ထိန်းသိမ်း စောင့်ရှောက်ရခက်ခဲသဖြင့် အနှောက်အယှက် ဖြစ်လို့ ဝတ်မလာသင့်, ယူမလာသင့်ပါ။

၄။ **ဂဏပလိဗောဓ** = ဂိုဏ်းဂဏအသင်းအဖွဲ့ရှိသူ၊ ပါဝင်သူများအတွက် ထိုဂိုဏ်းအသင်းအဖွဲ့ဆိုင်ရာများကို ကြောင့်ကြ စိုက်နေရခြင်း။

ဘာသာရေးအသင်းအဖွဲ့, လူမှုရေးအသင်းအဖွဲ့, နိုင်ငံရေးအသင်းအဖွဲ့, သံဃာ့အသင်းအဖွဲ့, သံဃာ့ဂိုဏ်း,ရိပ်သာအဖွဲ့အစည်း စသည်တို့မှာ ပါဝင်နေရင် အသင်းအဖွဲ့ကိစ္စ, ဂိုဏ်းကိစ္စ, အဖွဲ့အစည်းကိစ္စတွေနှင့် အချိန်ကုန်နေရခြင်းပါ။

၅။ **ကမ္မပလိဗောဓ**= ဖြစ်လာသမျှ ပြုဖွယ်အမှုကိစ္စများ၌ ကြောင့်ကြ စိုက်ရခြင်း။

အလုပ်ဆိုတာ လုပ်နေရင် ရှိနေမှာပါပဲ၊ အရေးကြီးတဲ့အလုပ် အရေးမကြီးတဲ့ အလုပ်ရယ်လို့ ခွဲခြားပြီး အရေးကြီးတဲ့အလုပ်ဆိုရင် ပြီးအောင်လုပ်ပါ။ အရေးမကြီးတဲ့ အလုပ်ဆိုရင်တော့ ရပ်ထားခဲ့ပေါ့၊ ကိုယ်မရှိလည်း ရှိသူလုပ်ပါလိမ့်မယ်။

၆။ **အဒ္ဓါနပလိဗောဓ** = ခရီးသွားမှု၌ ကြောင့်ကြစိုက်နေရခြင်း။

ရဟန်းတော်များသည် တရားစခန်းဝင်သောအခါ ကျောင်းတိုက်, အရပ်ဒေသတစ်ခုခု၌ ရှင်ပြုမှု, ရဟန်းခံမှု, သိမ်သမုတ်မှု, သာသနာရေး အတွက်ဆောင်ရွက်မှု, ပစ္စည်းတစ်ခုခုကို မဖြစ်မနေလိုအပ်မှု စသည်ရှိခဲ့ရင် ထိုကျောင်းတိုက် အရပ်ဒေသသို့ သွားချင်နေတဲ့ စိတ်ဆန္ဒမှာ ပျောက်နိုင်ခဲ့တဲ့ အတွက်ကြောင့် အနှောင့်အယှက်ဖြစ်နေတတ်ခြင်းပါ။ ထိုခရီးမျိုးကို သွားပြီးမှသာ တရားအလုပ်ဝင်သင့်တာပါ။

လူများမှာ တရားရှုမှတ်သောအခါ အခြားမြို့ရွာ နိုင်ငံတစ်နေရာရာတွင် အရေးတကြီး ဆောင်ရွက်စရာကိစ္စ, သားသမီးရေးကိစ္စ, စီးပွားရေးကိစ္စ, လူမှုရေးကိစ္စ, ကျန်းမာရေးကိစ္စ စသည်ရှိနေရင် ထိုနေရာဒေသကို သွားလိုတဲ့ စိတ်ဆန္ဒက ဖြစ်လာတတ်ခြင်းပါ။ ယင်းစိတ်ဆန္ဒကိုနိုင်အောင်ရှုမှတ်ဖို့ ခက်ခဲတတ်တာပါ။ ထိုသို့ခရီးသွားမှုကိစ္စကို ပြတ်အောင် လုပ်သင့်ခြင်းပါ။

၇။ **ဉာတိပလိဗောဓ** = ဆရာတပည့်၊ မိဘသားသမီး၊ ဆွေမျိုးသားချင်း တို့အတွက် ကြောင့်ကြ စိုက်နေရခြင်း။

ဆရာမိဘတို့ မကျန်းမာလို့ပြုစုနေရခြင်း၊ သက်ဆိုင်ရာ ဆောင်ရွက်မြဲဖြစ်သော တပည့်ကျင့်ဝတ်၊ သားသမီးကျင့်ဝတ်များကိုမှု ပြုလုပ်ရမှာဖြစ်လို့ အနှောက်အယှက်လို့ မဆိုရပါ။ ဆွေမျိုးသားချင်းတို့ ရောဂါဖြစ်နေရင် အနှောင့်အယှက်ဖြစ်သောကြောင့် ၎င်းပုဂ္ဂိုလ်တို့အား ကျန်းမာအောင် စောင့်ရှောက်ပြီး ကြောင့်ကြမှုကို ဖြတ်တောက်ရမှာပါ။ သား သမီး မြေး မြစ်စတဲ့ ချစ်ခင်မြတ်နိုးရသူ တစ်ယောက်ယောက်ကို သိပ်တွယ်တာ လွမ်းနေရင်ဖြစ်စေ၊ အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန်တစ်ကောင်ကောင်ကို သိပ်နှစ်သက်ချစ်ခင်နေရင်ဖြစ်စေ ယောဂီအတွက် ဖြတ်ဖို့ အလွန်ခက်ခဲတဲ့ အနှောက်အယှက်ပါ။

၈။ **အာဗာဓပလိဗောဓ**= မိမိရောဂါအတွက် ကြောင့်ကြစိုက်နေရခြင်း။

သာမန်ရောဂါဝေဒနာဖြစ်ရင် အနှောင့်အယှက်ဖြစ်တတ်လို့ အမြန်ပျောက်အောင် ကုရမှာပါ၊ ရောဂါဆိုးဖြစ်ခဲ့ရင်တော့ "အို ခန္ဓာကိုယ်ကြီး ငါဟာ သင့်ရဲ့ကျေးကျွန်လည်းမဟုတ်၊ အခစားစာရင်းငှါးလည်းမဟုတ်၊ ယခုအချိန်ကစပြီး သင့်ကို လုပ်ကျွေးမွေးမြူမှု မလုပ်တော့ဘူး၊ သင့်ကိုပဲ လုပ်ကျွေး မွေးမြူခဲ့ရသဖြင့် သံသရာဝဋ်မှာ ဆင်းရဲရှည်ခဲ့ရလေပြီ"လို့ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးရဲ့အပြစ်ကို မြင်အောင်ကြည့်ပြီး သူတော်ကောင်းတရားကို တင်းတင်းရင်းရင်း အားထုတ်ရမှာပါ။

၉။ **ဂန္ထပလိဗောဓ**= စာပေလေ့လာမှု ပို့ချမှုတို့၌ ကြောင့်ကြစိုက်နေရခြင်း။

စာပေလေ့လာမှု ပို့ချမှုတို့သည် မမေ့ရအောင် ရွတ်ဖတ်၊ ကျက်မှတ်၊ ဆင်ခြင်စဉ်းစားနေရခြင်းပါ။ ထိုသို့ အမြဲမပြတ် ကြောင့်ကြစိုက်နေရင်

တရားရှုပွားမှုအတွက် အနှောင့်အယှက် ဖြစ်နေတာပါ။ အမြဲမပြတ် ကြောင့်ကြစိုက်မနေရင်တော့ အနှောင့်အယှက် မဖြစ်ဘူးပေါ့။

မိမိကို စာတွေ့လက်တွေ့ နှစ်ရပ်ပေါင်းစပ်ပြီး စနစ်တကျ တရားသင်ပြပေးမယ့် ဆရာရှိနေရင်တော့ စာကြည့်စရာမလိုပါ။ စနစ်တကျသင်ပြတတ်တဲ့ ဆရာရှိနေပါလျှက်နှင့် စာကြည့်နေရင် တရားရှုမှတ်မှုကို သေချာမလုပ်ဖြစ်ပဲ စဉ်းစားဝေဖန်မှုတွေများနေတတ်ခြင်းပါ။ တရားအသိဉာဏ်မှာ စာဖတ်ရုံ, တရားနာရုံ, စဉ်းစားဆင်ခြင်ရုံမျှဖြင့် ရုပ်ဝတ္ထုတွေလွှမ်းမိုးနေတဲ့ခေတ်မှာ ရဖို့မလွယ်ကူပါ။ တကယ်ကို ကျင့်မှသာ ရနိုင်မှာပါ။

တကယ်ကျင့်နေရင်လည်း စာမကြည့်ဖြစ်ပါ။ တရားနာယူမှုလည်း လိုအပ်သလောက်သာ နာယူခြင်းပါ။ စဉ်းစားဆင်ခြင်မှုကိုလည်း မလုပ်ရပါ။ တကယ်ကျင့်မယ်ဆိုရင် မိမိကို စနစ်တကျ သင်ပြပေးမယ့် ဆရာလိုအပ်တာပါ။ ဆရာမရှိရင်တော့ စာကြည့်ရပါမယ်၊ လေ့လာရမယ်၊ ဆရာရှာရမယ်၊ ဒီလို အခြေအနေမျိုးမှာတော့ စာကြည့်လေ့လာမှုဟာ အနှောင့်အယှက်လို့ မဆိုနိုင်ပါ။

၁၀။ **ဣဒ္ဓိပလိဗောဓ**= တန်ခိုးရနေသည့်အတွက် တန်ခိုး၌ ကြောင့်ကြ စိုက်နေရခြင်း။

တန်ခိုးဆိုတာ ပုထုဇဉ်တန်ခိုးကို ဆိုလိုတာပါ။ ထိုပုထုဇဉ် တန်ခိုးမှာ မွေးကာစ ကလေးငယ်, ကောက်ပင်နုနုပမာ မပျက်စီးအောင် စောင့်ရှောက်ရမှုခက်ခဲနေခြင်းပါ။ အနှောင့်အယှက်အာရုံ အနည်းငယ် တွေ့ကြုံကာမျှနှင့်လည်း ပျက်စီးနိုင်မှုပါ။ ထိုသို့ပျက်စီးနိုင်ပေမယ့် ဝိပဿနာအတွက်သာ ထိုပုထုဇဉ်တန်ခိုးသည် အနှောင့်အယှက်ဖြစ်တာပါ၊ သမာဓိ (သမထ) အတွက်မှာ သမာဓိရှိမှ တန်ခိုးရနိုင်သောကြောင့် အနှောင့်အယှက် မဖြစ်ပါ။

အကျဉ်းချုပ်ပြောရရင် သား သမီးရေးကိစ္စ, စီးပွားရေးကိစ္စ, လူမှုရေး, ဘာသာရေး, လူမျိုးရေး, နိုင်ငံရေးကိစ္စ, လာဘ်လာဘကိစ္စ, ကျောင်းကိစ္စ တွေပါပဲ။

ယင်းအနှောက်အယှက်များတွင် မိမိမှာ တစ်ခုခုသော အနှောင့်အယှက်ဖြစ်နေရင် ထိုအနှောင့်အယှက်ကို မြန်မြန်ပြတ်အောင် ဖြေရှင်းရမှာပါ။ ပြတ်အောင် မဖြေရှင်းနိုင်ရင်တော့ တရားရှုမှတ်ခြင်းဟာ တိုးတက်မှု မရနိုင်ပါ။ ဒါကြောင့် မိမိရဲ့အနှောင့်အယှက် မှန်သမျှကို ပြတ်အောင် အရင်ဖြေရှင်းပြီးမှ တရားအလုပ်ခွင် ဝင်သင့်ခြင်းပါ။



သီလခံယူဆောက်တည်ရခြင်း (သီလပြည့်စုံရခြင်း)

မကောင်းသော ကိုယ်အမှု, နှုတ်အမှုတို့မှ ရှောင်ကြဉ်သူ၊ ဥပဇ္ဈာယ် ဝတ်စသော ကျင့်ဝတ်များကို ဖြည့်ကျင့်သူ၏ သန္တာန်၌ဖြစ်သော ကုသိုလ် စေတနာစသော တရားတို့ဟာ သီလပါပဲ၊ ထိုသီလသည် (၄)မျိုးရှိနေခြင်းပါ။

၁။ **ဘိက္ခုသီလ**= ရဟန်းတော်များအတွက် ပညတ်ထားသော

သိက္ခာပုဒ်သီလများ၊ ရဟန်းမိန်းမများအတွက် ပညတ်ထားသော သိက္ခာပုဒ်သီလများထဲမှ ရဟန်းတော်များနှင့် သက်ဆိုင်သော သိက္ခာပုဒ်သီလများ။

၂။ **ဘိက္ခုနီသီလ**= ရဟန်းမိန်းမများအတွက် ပညတ်ထားသော

သိက္ခာပုဒ်သီလများ၊ရဟန်းတော်များအတွက် ပညတ်ထားသော သိက္ခာပုဒ်သီလများထဲမှ ရဟန်းမိန်းမများနှင့် သက်ဆိုင်သော သိက္ခာပုဒ်သီလများ။

ထိုသီလ(၂)မျိုးကို သိမ်အတွင်းဝယ် ကမ္မဝါစာကို သတ်မှတ်ထားတဲ့ အသံများ ပီသစွာ ရွတ်ဖတ်ပြီး အဆုံး၌ သီလများ အလိုအလျောက်တည်ပြီး ဖြစ်သောကြောင့် သီးသန့်ရွတ်ဆို ဆောက်တည်စရာမလိုပါ။ ထိုသီလများမှာ ရဟန်းတော်များ, ရဟန်းမိန်းမများ အမြဲတမ်းစောင့်စည်းနေရမယ့် နိစ္စ သီလများပါ။

မေထုန်အမှုပြုခြင်း၊ တစ်မတ်, တစ်မတ်ထိုက်တန်တဲ့ လူ့ပစ္စည်းကို ခိုးယူခြင်း၊ လူ့အသက်ကိုသတ်ခြင်း၊ မရသေးတဲ့သမာဓိတရား ဈာန်, မဂ်, ဖိုလ်တရားတို့ကို လူအထင်ကြီးအောင် မိမိမှာ ရနေသလိုလို လိမ်ပြောခြင်း ဆိုသော ပါရာဇိက(၄)မျိုးထဲက တစ်မျိုးမျိုးကို ကျူးလွန်မိတဲ့ ရဟန်းဟာ ရဟန်းအဖြစ်မှ ဆုံးရှုံးသွားပါပြီ။

ထိုသို့ရဟန်းအဖြစ်မှ ဆုံးရှုံးမှု၊ သိက္ခာချမှုတို့သည် ကမ္မဝါစာရဲ့ အရှိန်အဝါသတ္တိ ပျက်ပြယ်သွားခြင်းကြောင့် ထိုပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့သန္တာန်မှာ သီလ လုံးဝမရှိတော့ပါ။ ထိုသို့သီလ လုံးဝပျက်သွားပေမယ့် ရဟန်းအသွင် သဏ္ဌာန် နဲ့နေပြီး ရဟန်း, ရဟန်းမိန်းမလို့ ဝန်ခံနေရင် သီလမရှိတဲ့ (**ဒုဿီလ**) ပုဂ္ဂိုလ်ပါပဲ။

ပါရာဇိကသိက္ခာပုဒ်(၄)ခုမှတစ်ပါး၊ အခြားသိက္ခာပုဒ်များထဲက တစ်ပါး ပါးကို ကျူးလွန်မိရင် ဝိနည်းဒေသနာနှင့် လျော်ညီစွာ ကုစားရမှာပါ။ မကုစားပဲ နေရင်တော့ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ဟာ အရှက်မရှိတဲ့ (**အလဇ္ဇီ**) ပုဂ္ဂိုလ်ပါပဲ၊ ဒုဿီလ ပုဂ္ဂိုလ်,အလဇ္ဇီပုဂ္ဂိုလ်မျိုးဖြစ်နေရင် တရားကို ဘယ်လောက်ပင် ကြိုးစား အားထုတ်ပေမယ့် တရားရဖို့ မလွယ်ကူပါ။ ဒါကြောင့် တရားအားထုတ်တော့ မယ်ဆိုရင် သီလရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်, **လဇ္ဇီ**ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်အောင် ပြုလုပ်ပြီးမှ တရားအား ထုတ်သင့်ခြင်းပါ။

၃။ **အနုပသမ္ပန္နသီလ**= သာမဏေ,သာမဏေရီများရဲ့ (၁၀)ပါးသီလ၊

ထိုပုဂ္ဂိုလ်များမှာ သရဏဂုံ(၃)ပါးကို သတ်မှတ်ထားတဲ့ အသံများ ပီသစွာရွတ်ဆိုဆောက်တည်ရင် တမင်တကာ ဆောက်တည်စရာမလိုပဲ (၁၀)ပါးသီလ အလိုလို ဆောက်တည်ပြီးသား ဖြစ်သွားခြင်းပါ။ ထိုသို့ ဖြစ်သွားပေမယ့် အများစုမှာ သီခြားရွတ်ဆို ဆောက်တည်နေကြတာကတော့ ထို(၁၀)ပါးသီလကို နားလည်သဘောပေါက်ဖို့ အတွက်သာ ဖြစ်ပါတယ်။

ယင်း(၁၀)ပါးတို့တွင် ရှေ့ငါးပါးထဲက တစ်ပါးပါးကျူးလွန်မိရင် သီလအားလုံး ပျက်စီးသွားတာပါ။ အဲဒီလိုသီလမရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကို လိင်ဒဏ် ကျတယ် ရှင်လိင်ပြန်တယ်လို့ ခေါ်ရခြင်းပါ။ ထိုသို့သီလပျက်ခဲ့ရင် အသစ်ထပ်ပြီး သရဏဂုံဆောက်တည်ရမှာပါ။ သရဏဂုံအသစ် ပြန်မယူပဲ ထိုသီလပျက်တဲ့ အတိုင်းသင်္ကန်းဝတ်ပြီး သာမဏေ သာမဏေရီအဖြစ် ဝန်ခံနေရင် ဒုဿီလသာမဏေ, ဒုဿီလသာမဏေရီပါပဲ။

နောက်ငါးပါးထဲက တစ်ပါးပါးကျူးလွန်မိရင် သဲဒဏ်, ရေဒဏ်စသည် ကို ပြုလုပ်ပြီး ကုစားရမှာပါ။ မကုစားပဲနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ အလဇ္ဇီသာမဏေ အလဇ္ဇီသာမဏေရီပါပဲ။ ထိုသာမဏေ သာမဏေရီများသည် (၁၀)ပါးသီလ သာမက ပါတိမောက်သေခိယ၌ လာသောသိက္ခာပုဒ်များကို ကျူးလွန်မိရင် လည်း သဲဒဏ်စသည် ထိုက်တာပါ။ ယင်းသီလများမှာ သာမဏေ သာမဏေရီတို့ အမြဲတမ်းစောင့်ထိန်းနေရမယ့် နိစ္စသီလတွေပါပဲ။ သာမဏေ သာမဏေရီများသည် ဒုဿီလပုဂ္ဂိုလ်, အလဇ္ဇီပုဂ္ဂိုလ်တွေ ဖြစ်နေရင် တရားရဖို့ ခက်ခဲသဖြင့် သီလရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်, လဇ္ဇီပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်အောင် ပြုလုပ် ပြီးမှသာ တရားရှုပွားသင့်တာပါ။

၄။ **ဂဟဋ္ဌသီလ**=အိမ်ရာတည်ထောင် လူဝတ်ကြောင် ဥပါသကာ,ဥပါသိကာမ
တို့ အမြဲတမ်း စောင့်ထိန်းအပ်သော ငါးပါးသီလ။

ထိုငါးပါးသီလကို ဆောက်တည်လိုတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်သည် သရဏဂုံ(၃)ပါးကိုသာ ဆောက်တည်ထားရင် သရဏဂုံတည်သူသာဖြစ်ခြင်းပါ။ သီလရှိသူ မဖြစ်သေးပါဘူး၊ သီလရှိသူဖြစ်ဖို့လူသားများမှာ ဆိုင်ရာသီလကို သီးခြား ဆောက်တည်ရဦးမှာပါ။

ငါးပါးသီလဆောက်တည်နည်း(၂)မျိုး

ထိုငါးပါးသီလဆောက်တည်နည်းသည် အကျဉ်း(အတို)ယူနည်း အကျယ်(အရှည်) ယူနည်းလို့ နှစ်မျိုးရှိနေခြင်းပါ။ အကျဉ်းယူနည်းမှာ **အဟံ ဘန္တေ၊နမောတဿ၊ ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ ပါဏာတိပါတာ**စသည်ဆိုစရာ မလိုပဲ တစ်ယောက်ထဲဆောက်တည်လိုရင် **ပဉ္စသီလံ သမာဒိယာမိ၊** အများနဲ့ ဆောက်တည်ရင်တော့ **ပဉ္စသီလံ သမာဒိယာမ**လို့ သိက္ခာပုဒ်ငါးပါးလုံးကို တစ်ပေါင်းတည်းပြုပြီး ဆိုရမှာပါ။ ထိုသို့အကျဉ်းယူနည်းဖြင့် ဆောက်တည်ထားရင် သိက္ခာပုဒ်တစ်ပါးကို ကျူးလွန်မိပါက သိက္ခာပုဒ်ငါးပါးလုံး ကျိုးပျက်သွားခြင်းပါ။

အကျယ်ယူနည်းကတော့ **အဟံ ဘန္တေ၊ နမော တဿ၊ ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ ပါဏာတိပါတာ ဝေရမဏီ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ** စသည်ဖြင့် သိက္ခာပုဒ် တစ်ပါးစီ ခွဲခြားပြီး ဆောက်တည်ရမှာပါ။ ယင်းသို့အကျယ်ယူနည်းဖြင့် ဆောက်တည်ထားရင် သိက္ခာပုဒ်တစ်ပါးကို ကျူးလွန်မိပါက ကျူးလွန်မိတဲ့ သိက္ခာပုဒ်သာ ပျက်စီးသွားခြင်းပါ။ ကျန်သိက္ခာပုဒ်(၄)ပါးတို့မှာ မပျက်စီးပါ။

ဥပမာအနေနဲ့ပြောရရင် ငါးဒေါ်လာတန်တစ်ရွက်ကို ကိုင်ထားတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်နှင့် ငါးပါးသီလကို အကျဉ်းယူထားတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ တူနေခြင်းပါ။ ငါးဒေါ်လာတန်တစ်ရွက်ကို ကိုင်ထားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်သည် ဒီငါးဒေါ်လာတန်တစ်ရွက် ပျောက်သွားခဲ့ရင် သူ့မှာရှိထားတဲ့ ငါးဒေါ်လာလုံး ပျောက်သွားသလို ငါးပါးသီလကိုအကျဉ်းနည်းနဲ့ဆောက်တည်ထားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်သည် သိက္ခာပုဒ်တစ်ပါး ကျူးလွန်မိတာနဲ့ သိက္ခာပုဒ်ငါးပါးလုံး ပျက်စီးသွားခြင်းပါ။

တစ်ဒေါ်လာတန်ငါးရွက်ကိုကိုင်ထားတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်နှင့် ငါးပါးသီလကို အကျယ်နည်းနဲ့ယူထားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တူနေတာပါ။ တစ်ဒေါ်လာတန်ငါးရွက်ကိုင်ထားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ တစ်ဒေါ်လာပျောက်သွားရင် လေးဒေါ်လာကျန်နေသေးသလို ငါးပါးသီလကို အကျယ်နည်းနဲ့ယူထားတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်သည် သိက္ခာပုဒ်တစ်ပါးကို ကျူးလွန်မိရင် ထိုသိက္ခာပုဒ်ပဲ ပျက်စီးသွားပြီး ကျန်တဲ့သိက္ခာပုဒ်လေးခုမှာ မပျက်စီးသေးပါ။ ဒါကြောင့် သီလဆောက်တည်တဲ့အခါ အချိန်ရရင် အကျယ်နည်းဖြင့် သီလယူထားခြင်းဟာ အကောင်းဆုံးပါ။

ငါးပါးသီလသည် ဆောက်တည်သည်ဖြစ်စေ မဆောက်တည်သည်ဖြစ်စေ လူပုဂ္ဂိုလ်များရဲ့နိစ္စသီလဖြစ်သောကြောင့် မစောင့်ထိန်းရင် အပြစ်ရှိခြင်းပါ။ လူပုဂ္ဂိုလ်များအနေဖြင့် ငါးပါးသီလကို အမြဲတမ်း စောင့်ထိန်းနေမှသာ အပြစ်ကင်းပြီးအကျိုးများမှာပါ။ သီလပျက်သွားရင် ပြန်ပြီးဆောက်တည်လို့ရခြင်းပါ။ ရက်,လအချိန်အပိုင်းအခြားနဲ့ ဆောက်တည်ထားရင် ထိုသတ်မှတ်ထားတဲ့ရက်,လအချိန်ပြည့်ပါက ဆောက်တည်ထားခြင်းကိစ္စပျက်သွားပြီမို့ အလိုရှိသလိုပြန်ပြီး ဆောက်တည်ရမှာပါ။

ငါးပါးသီကိုနှုတ်ဖြင့်သာ ဆောက်တည်သင့်သလား? နှုတ်ဖြင့် မဆောက်တည်ပဲ ကိုယ်နှုတ်တို့ကို ကျူးလွန်မှုမဖြစ်အောင် စိတ်ထဲက စောင့်စည်းပြီးနေမယ်လို့ ဆုံးဖြတ်ထားရင် ဆောက်တည်ရာ မကျဘူးလား? လို့ မေးစရာပါ။ နှုတ်ဖြင့်ဆောက်တည်ထားရင်လည်း စိတ်ကိုထိန်းနိုင်မှ ကိုယ်နှုတ်ကျူးလွန်မှုကို ထိန်းနိုင်ခြင်းပါ။ စိတ်ကို မထိန်းနိုင်ရင်တော့ ကိုယ်နှုတ်ကျူးလွန်မှုတွေကို မထိန်းနိုင်ပါဘူး။ စိတ်ကိုထိန်းနိုင်မှုဟာ အဓိကဖြစ်ခြင်းကြောင့် နှုတ်ဖြင့်မဆောက်တည်ထားပေမယ့် စိတ်ထဲက ကိုယ်နှုတ် ကျူးလွန်မှုကို မဖြစ်ရအောင် တကယ်တမ်း စောင့်ထိန်းနေမယ် ဆိုရင် အကျိုးများတာပါပဲ။

ထိုသို့ဖြစ်ပေမယ့် ငါးပါးသီလကို စိတ်ထဲက ဆောက်တည်ပြီးနေရင် ထိုဆောက်တည်မှုကို ကိုယ်ပဲသိထားတာပါ။ အခြားပုဂ္ဂိုလ်တွေ သိနိုင်ဖို့ မလွယ်ပါ၊ အခြားပုဂ္ဂိုလ်များ မသိနိုင်တဲ့ စိတ်ထဲကငါးပါးသီလ ဆောက်တည်မှုဟာ ကိုယ့်စိတ်ကိုနိုင်အောင် ထိန်းနိုင်တဲ့ ဘာဝနာတစ်ခုခု အမြဲလုပ်နေမှသာ လုံခြုံအောင် ထိန်းနိုင်မှာပါ။ ဘာဝနာတစ်ခုခုကို စွဲမြဲစွာမလုပ်ဘဲ စိတ်ကို သက်သက်ထိန်းထားဖို့ဆိုတာ အင်မတန် ခက်ခဲတဲ့ အလုပ်ပါ။

ကိုယ့်စိတ်ကို တကယ်မထိန်းနိုင်ဘဲ စိတ်ထဲက ဆောက်တည် ထားရင်ဖြစ်စေ ကိုယ်ဆောက်တည်ထားမှုကို ဘယ်သူမှမသိရင်ဖြစ်စေ ဗုဒ္ဓရုပ်ပွားစသော သက်မဲ့အရာဝတ္ထုကို သက်သေပြုမထားရင်ဖြစ်စေ အထိန်းအကွပ်မရှိတဲ့ လူည်းဘီးဟာ ကျိုးလွယ်, ပျက်စီးလွယ်သလို အခြားပုဂ္ဂိုလ်များကို အလေးထားစရာမရှိခြင်း၊ သက်သေပြုစရာ

မရှိခြင်းတို့ကြောင့် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုလည်း ဂရုစိုက်မှာမဟုတ်ပါ။ အဲဒီလို အရာရာကို အလေးအနက်ထားရကောင်းမှန်း မသိရင်တော့ ငါးပါးသီလဟာ ကျိုးပျက်ဖို့ လွယ်သွားပြီပေါ့။

နှုတ်ဖြင့်ငါးပါးသီလကို ဆောက်တည်လိုက်ရင် အခြားပုဂ္ဂိုလ်များက မြင်ကြားရခြင်း သက်သေပြုစရာ အရာဝတ္ထုရှိခြင်းတို့ကြောင့် အခြားပုဂ္ဂိုလ်များ ဝေဖန်အပြစ်တင်ခံရမှာကို ကြောက်လို့ ဂရုစိုက်ထိန်းခြင်း၊ ငါလိုပုဂ္ဂိုလ်ဟာ သီလရှိမှ ကောင်းမယ်လို့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုလည်း အလေးထားပြီးထိန်းခြင်း တို့ကြောင့် ငါးပါးသီလဟာ ပိုပြီးလုံ့ဖွယ်ရှိသလို နှုတ်ဖြင့် ဆောက်တည်ရမှု ကုသိုလ်စိတ်စေတနာ အစွမ်းအတွက်လည်း ပိုပြီးအကျိုးရှိစေနိုင်မှာပါ။

တရားကျင့်မယ့်ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ငါးပါးသီလကို သာမကပဲ ကျန်းမာရေးကောင်းနေရင် ရှစ်ပါး, ကိုးပါး, ဆယ်ပါးသီလများတွင် သီလ တစ်မျိုးမျိုးကို စွမ်းနိုင်သမျှ ဆောက်တည်ထားရမှာပါ။ ကျန်းမာရေး မကောင်း ရင်တော့ အာဇီဝဋ္ဌမကသီလကို အနည်းဆုံး ဆောက်တည်ထားသင့်ခြင်းပါ။ အာဇီဝဋ္ဌမကသီလဆိုတာ ငါးပါးသီလထဲတွင် မုသာဝါဒ သိက္ခာပုဒ်အရာ၌ မုသာဝါဒတစ်ခုတည်းသာမဟုတ်ပဲ **မုသာဝါဒါ၊ ပိသုဏဝါစာ၊ ဖရုသဝါစာ၊ သမ္ဖပ္ပလာပါ**လို့ ဝစီဒုစရိုက်လေးမျိုးလုံးကို တစ်ခုစီဆိုပြီး ဆောက်တည်ရမှာပါ။ နောက်ဆုံး သုရာမေရယသိက္ခာပုဒ်ကိုဖြုတ်ပြီး **မိစ္ဆာဇီဝါ**= မတရားသော ပစ္စည်းဥစ္စာ ရှာဖွေမှုမှ ကိုထည့်ကာ ဆောက်တည်ရခြင်းပါ။

ပါရိသုဒ္ဓိသီလ - (၄) မျိုး

အခြားပါရိသုဒ္ဓိသီလလေးမျိုးလည်းရှိသေးသဖြင့် ထိုသီလများကိုလည်း လေ့လာထားပြီး ကျင့်သုံးရမှာပါ။ ပါရိသုဒ္ဓိဆိုတာ ကိုယ်နေမှု, နှုတ်အပြော, စိတ်သဘောထားတတ်ကြောင်း အကျင့်ကောင်းတွေပါ။ ထိုသီလ(၄)မျိုးမှာ. . .

၁။ **ပါတိမောက္ခသံဝရသီလ**= ဘိက္ခု,ဘိက္ခုနီပါတိမောက်၌ လာသော သိက္ခာပုဒ်တို့ကို ကိုယ်နှုတ်ဖြင့် စောင့်စည်းနေမှု။

ပါတိမောက်၌လာသောသီလများသည် အကျဉ်းအနေဖြင့် ပါတိမောက္ခသံဝရသီလကို ပြထားခြင်းပါ။ အကျယ်အနေဖြင့် ကုဋေကိုးထောင်တစ်ရာရှစ်ဆယ် ငါးသန်းသုံးသောင်းခြောက်ထောင်(၉၁,၈၀၅,၀၃၆,၀၀၀)ရှိသော သီလတို့တွင် ဣန္ဒြိယသံဝရသီလ, အာဇီဝပါရိသုဒ္ဓိသီလ, ပစ္စယသန္နိဿိတသီလအချို့ကလွဲရင် ကျန်တဲ့သီလများသည် ပါတိမောက္ခသံဝရ သီလပါပဲ။

ထိုသီလ၌ သဒ္ဓါတရားအားကောင်းသောပုဂ္ဂိုလ်သာ ဖြည့်ကျင့်လုံခြုံစေနိုင်သောကြောင့် သဒ္ဓါတရားသည် ပဓာနကျခြင်းပါ။ သဒ္ဓါတရားအားနည်းနေရင်တော့ ထိုသီလသည် ပြည့်စုံဖို့ မလွယ်ကူနိုင်ပါ။

ထိုပါတိမောက္ခသံဝရသီလပျက်စီးရင် သီတင်းသုံးဖော် ရဟန်းတော်အချင်းချင်းအထံ၌ ''မိမိမှာ ဘယ်သီလ ကျိုးပျက် သွားပါတယ်''လို့ ပြောပြမှုကို ဒေသနာကြားတယ်လို့ ခေါ်ကြခြင်းပါ။ ထိုသို့ဒေသနာပြောကြားထားရင် ပါရာဇိက,သံဃာဒိသေသ် အာပတ်တို့မှ လွဲပြီး ထုလ္လစ္စည်း, နိဿဂ္ဂိပါစိတ်, သုဒ္ဓပါစိတ်, ဒုက္ကဋ်, ဒုဗ္ဘာသီ အောက်အာပတ်ငါးမျိုးတို့သည် ပြန်ပြီး စင်ကြယ်သွားခြင်းပါ။

သံဃာဒိသေသ်အာပတ်ကို ဒေသနာပြောကြားရင် အာပတ်ကို ဖုံးကွယ်ရာမရောက်သဖြင့် ဒေသနာမပြောကြားမီ ရက်များအတွက်သာ ပရိဝါသ်နဲ့ မာနတ်ဆောက်တည်ဖို့ လိုအပ်ခြင်းပါ။ ထိုကြောင့် ဒေသနာပြောကြားခြင်းကို နေ့စဉ်ပြုလုပ်သင့်တဲ့ကိစ္စလို့ ပြောဆိုခြင်းပါ။ ထိုသို့သော ဒေသနာပြောကြားရာ၌''**အာယတိံသံဝရစိတ်**= နောင်အခါ စောင့်စည်းပါမယ်လို့ ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းစိတ်''မရှိပေမယ့်လည်း စင်ကြယ်တယ်လို့ ဆရာအများ ယူဆကြတယ်၊ အာယတိံ သံဝရစိတ်ရှိမှသာ စင်ကြယ်တယ်လို့ ယူဆကြသောဆရာတို့လည်း အများပင်ရှိနေကြသဖြင့် ထိုအယူအဆကို စဉ်းစားကြပါလို့ ဘာသာဋီကာ ဆရာတော်က မိန့်တော်မူထားခြင်းပါ။

သံဃာဒိသေသ်အာပတ်သင့်သောရဟန်းသည် ပရိဝါသ် မာနတ်ဆောက်တည်ပြီးရင် သီလပြန်ပြီး စင်ကြယ်သွားခြင်းပါ။ ''လူထွက်ခြင်းရှင်သာမဏေအဖြစ်ဖြင့် နေခြင်းသည်ပင် ပါရာဇိကအာပတ်ကို

ဒေသနာပြောကြားခြင်းပင်ဖြစ်တယ်''လို့ ခုဒ္ဒသိက္ခာ၌ မိန့်တော်မူထားတာပါ။ သို့ဖြစ်ပါ၍ ပါရာဇိကကျသောပုဂ္ဂိုလ်သည် လူထွက်လျှင်ဖြစ်စေ၊ ရှင်သာမဏေ အဖြစ်နေလျှင်ဖြစ်စေ သီလစင်ကြယ်သွားသဖြင့် ဈာန်, မဂ်, ဖိုလ်, နိဗ္ဗာန်တရားအတွက် အနှောင့်အယှက်အဟန့်အတား မဖြစ်တော့ပါ။ ဆိုင်ရာ သီလပျက်စီးနေပါလျှက် မကုစားဘဲနေရင်တော့ အလွန်သေးငယ်သော အထင်အရှားသိနေတဲ့ ဒုက္ကဋ်, ဒုဗ္ဘာသိအာပတ်များကပင်ဈာန်,မဂ်,ဖိုလ်, နိဗ္ဗာန်ကို မရအောင် အန္တရာယ်ပြုနိုင်ခြင်းပါ။ ထို့အပြင် အပါယ်ဘုံဘဝသို့လည်း ကျရောက်စေနိုင်တဲ့အတွက် အလွန်ကိုကြောက်စရာဘေးကြီးလို့ ဆင်ခြင် အောက်မေ့ပြီး သီလသိက္ခာပုဒ်မှန်သမျှကို အာပတ်မသင့်အောင် အထူး စောင့်ရှောက်နေထိုင်ခြင်းဟာ အကောင်းဆုံးပါ။

၂။ **ဣန္ဒြိယသံဝရသီလ=** လောဘ, ဒေါသစတဲ့ အကုသိုလ် မဖြစ်ရအောင် မျက်စိ, နား, နှာခေါင်း, လျှာ, ကိုယ်, စိတ်ဆိုတဲ့ ဣန္ဒြေခြောက်ပါး၌ စောင့်စည်းနေမှု။

ထိုသီလ၌ မြင်မှု, ကြားမှု စသော အာရုံမှန်သမျှ၌ အကုသိုလ် မဖြစ်ရအောင် အထူးသတိထားပြီးနေနိုင်မှ လုံခြုံနိုင်သဖြင့် သတိသည် အဓိကကျနေခြင်းပါ။ ယောဂီဟာ ရိပ်သာအတွင်းမှာပင် တရားရှုပွားနေပေမယ့် သတိတစ်ချက် လွတ်တာနဲ့တစ်ပြိုင်နက် ထိုသီလသည် ပျက်စီးနိုင်တာပါ။ မြင်သိစိတ်, ကြားသိစိတ်စတဲ့ စိတ်မှန်သမျှကို သတိနဲ့ စောင့်စည်းနေနိုင်မှသာ ယင်းသီလဟာ ပြည့်စုံနိုင်မှာပါ။

(၁) မျက်စိနဲ့ အဆင်းအာရုံတွေကို မြင်လာရင်၊ နားနဲ့အသံတွေကို ကြားလာရင်၊ နှာခေါင်းနဲ့ အနံ့တွေကို ရှူမိရင်၊ လျှာနဲ့အစာအာဟာရတွေကို စားမိရင်၊ ကိုယ်နဲ့အတွေ့အထိကို တွေ့ထိမိရင်၊ ဘဝင်စိတ်နဲ့ ကြံတွေး စရာတွေကို တွေးမိတဲ့အခါ နှစ်သက်သဘောကျမှု ဖြစ်လာရင် လောဘဖြစ်လို့ စိတ်ဟာ ရိုင်းစိုင်းကြမ်းတမ်းလာမယ်၊ နှစ်သက်သဘောမကျမှုဖြစ်လာရင်လည်း ဒေါသဖြစ်လို့ စိတ်ဟာ ရိုင်းစိုင်းကြမ်းတမ်းလာမယ်၊ ဒီလိုဖြစ်နေရင် စိတ်ဟာပူလောင်နေလို့ မအေးချမ်းနိုင်ပါဘူး။ လျစ်လျူရှုနေခြင်းသာ စိတ်တွေ ငြိမ်းအေးလို့ မွန်မြတ်တဲ့ သဘောထားတွေ ဖြစ်လာမယ်လို့ ဆင်ခြင် နှလုံးသွင်းလိုက်ရင် နှစ်သက်စရာ အာရုံဖြစ်ဖြစ် မနှစ်သက်စရာအာရုံဖြစ်ဖြစ် ချက်ချင်းဖြစ်ပြီး ပျက်သွားမယ်၊ လျစ်လျူရှုနိုင်တဲ့အတွက် စိတ်ဟာ ချက်ချင်း တည်ငြိမ်မှုရလာမှာပါ။

(၂) နှစ်သက်ဖွယ်အာရုံကို တွေ့ကြုံလာရင်ဖြစ်စေ၊ နှစ်သက်ဖွယ်လည်း မဟုတ် မနှစ်သက်ဖွယ်လည်း မဟုတ်တဲ့ အလယ်အလတ်အာရုံကို တွေ့ကြုံ လာရင်ဖြစ်စေ ထိုအာရုံတွေကို သက်ရှိအရာဖြစ်နေရင် မေတ္တာပွားများ နေရမယ်၊ သက်မဲ့အရာတွေဖြစ်နေရင်တော့ ဓာတ်ကြီးလေးပါး သဘော တရားတွေကို ဆင်ခြင်နေရမယ်။

(၃) နှစ်သက်စရာအာရုံ၊ နှစ်သက်စရာမဟုတ်တဲ့အာရုံ အားလုံး အပေါ်မှာ ဝမ်းသာမှု စိတ်ပျက်မှု မဖြစ်စေဘဲ လျစ်လျူရှုပြီး သတိနဲ့ဉာဏ်နဲ့ နေရမယ်၊ ဒီနည်းသုံးမျိုးထဲက တစ်နည်းနည်းနဲ့ စောင့်စည်းနေနိုင်ရင် ဣန္ဒြိယသံဝရသီလဟာ ပြန်ပြီးစင်ကြယ်နိုင်မှာပါ။

(မ၊ ၃၊ ၃၄၇။ ဣန္ဒြိယဘာဝနာသုတ်)

၃။ **အာဇီဝပါရိသုဒ္ဓိသီလ** = အသက်မွေးဝမ်းကြောင်းဖြစ်တဲ့ ကိုယ်အမှု, နှုတ်အမှုများ စင်ကြယ်အောင် စောင့်စည်းနေမှု။

ရှင်ရဟန်းဖြစ်လာရင် မိမိကိုယ်ကို ဒကာ, ဒကာမတွေက အထင်ကြီး လေးစားပြီး ကြည်ညိုလာအောင် ဟိတ်ဟန်အမျိုးမျိုး ပြုလုပ်ကာ သူတော်ကောင်းယောင်ဆောင်မှု၊ မလှူချင်လှူချင်လာအောင် အတင်းအကြပ် ပြောဆိုတိုက်တွန်းမှု၊ ဆေးကု,ပယောဂကုပေးမှု၊ ဗေဒင်ဟောမှု၊ ဓာတ်ရိုက်, ဓာတ်ဆင်ပြုလုပ်ပေးမှု၊ ချဲဂဏန်းပေးမှုစတဲ့ ရှင်ရဟန်းနဲ့ မသင့်တော်သော အမှုကိစ္စများကို ရှောင်ကြဉ်ပြီး ဝိနည်းကျင့်ဝတ်နဲ့အညီ ပစ္စည်းလေးပါးကို ရှာဖွေအသက်မွေးကြောင်းပြုနိုင်မှသာ အာဇီဝပါရိသုဒ္ဓိသီလက လုံမှာပါ။

ဝိနည်းသိက္ခာနဲ့မညီတဲ့အမှုကိစ္စများကို ပြုလုပ်ပေးလို့ ရရှိလာတဲ့ ပစ္စည်းလေးပါးဟာ ပြုလုပ်ပေးတဲ့ ရှင်ရဟန်းသာမက သာသနာလောက တစ်ခုလုံးပင် မသုံးစွဲကောင်းပါဘူး။ ထိုသီလ၌ လုံ့လဝီရိယရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မှသာ ပြည့်စုံနိုင်လို့ လုံ့လဝီရိယရှိမှုဟာ ပဓာနကျနေခြင်းပါ။ လုံ့လဝီရိယ မရှိတော့ရင် အပျင်းထူပြီး လွယ်လွယ်ရတဲ့ နည်းလမ်းဖြင့် ပစ္စည်းလေးပါးကိုရအောင် ပြုလုပ်ပြောဆိုနေခြင်းကြောင့် အာဇီဝပါရိသုဒ္ဓိသီလဟာ ပျက်စီး သွားတတ်ခြင်းပါ။

ရှင်ရဟန်းများသည် သာသနာ့လောက၌ နေထိုင်ပြောဆိုကြတဲ့ အခါရှင်ရဟန်းဆိုတဲ့ သမဏသညာကို အမြဲတမ်းထားပြီး မကောင်းတဲ့ အသက်မွေးကျောင်းမှုများကို ရှောင်ကာ ဝိနည်းကျင့်ဝတ်နဲ့အညီ ပစ္စည်းလေးပါး ကို ရှာဖွေနိုင်ကြရင် ထိုသီလဟာ စင်ကြယ်နေမှာပါ။ လူယောဂီများလည်း ကိုယ့်ကျင့်တရားကို ဂရုမစိုက်ဘဲ အချောင်ရတဲ့ နည်းလမ်းများနဲ့ ပစ္စည်း

တွေကို ရှာဖွေနေရင်တော့ ထိုသီလပြည့်စုံဖို့ မလွယ်ဘူးပေါ့။ ငါတို့ဟာ ယောဂီဆိုတဲ့ အမှတ်သညာကို အမြဲတမ်းထားကြပြီး ကိုယ်ကျင့်တရားနဲ့အညီ ပစ္စည်းဥစ္စာကို ကြိုးစား ရှာဖွေကြရမှာပါ။ ဒီလိုရှာဖွေတတ်ကြရင် ထိုသီလဟာ စင်ကြယ်နေမှာပါ။

၄။ **ပစ္စယသန္နိဿိတသီလ**= ဆွမ်း, သင်္ကန်း, ကျောင်း, ဆေး ပစ္စည်းလေးပါး တို့၌ မှီသော စောင့်စည်းနေမှု။

သန့်ရှင်းစင်ကြယ်စွာဖြင့် ရအပ်သော ပစ္စည်းလေးပါးကို ဆင်ခြင်ပြီး သုံးဆောင်နိုင်မှသာ ပစ္စယသန္နိဿိတသီလဟာ လုံခြုံမှာပါ။ ထိုသီလ၌ ဉာဏ်ဖြင့် ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းရတဲ့အတွက် ဉာဏ်ဟာ အဓိကကျနေခြင်းပါ။ နှုတ်ကရွတ်ဆိုနေရုံ သက်သက်မဟုတ်ဘဲ ဉာဏ်နဲ့ စိတ်နှလုံးသားထဲမှာ ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်း နေရမှာပါ။ ဉာဏ်နဲ့ဆင်ခြင် နှလုံးသွင်းမှုမရှိဘဲ အမှတ်တမဲ့ဖြစ်ဖြစ် ဂုဏ်ပကာသန လှပမြတ်နိုးဖွယ်ရာအတွက်ဖြစ်ဖြစ် သုံးဆောင်နေရင် ထိုသီလဟာ ပျက်စီးတတ်ခြင်းပါ။

ပစ္စည်းလေးပါးကို ရတဲ့အခါဖြစ်စေ သုံးဆောင်တဲ့အခါဖြစ်စေ အရုဏ်မတက်မီ တစ်နေ့တာ အချိန်အတွင်းမှာ အနည်းဆုံး တစ်ကြိမ် လောက်တော့ ဆင်ခြင်ရမှာပါ။ သင်္ကန်းကိုပြုပြင်ဝတ်တိုင်း၊ ဆွမ်းစားတိုင်း၊ ကျောင်းဆောင်ထဲ သီတင်းသုံးနေထိုင်တိုင်း၊ ဆေးများကို သုံးဆောင်တိုင်း ဆင်ခြင်နိုင်ရင် ပိုပြီး ထိုသီလဟာ ပြည့်စုံမှာပါ။ ဆင်ခြင်ပုံနည်းများကိုအရဆောင် ထားပြီး ဉာဏ်နဲ့ဆင်ခြင်နေရမှာပါ။

သင်္ကန်း၌ဆင်ခြင်ပုံ

ချမ်းပူကိုဖျက်၊ ခြင်, မှက်, လေ နေ၊ ကင်း မြွေလွဲသုန်၊ ဟိရီကုဏ်ကို၊ ကုန်စေတတ်စွာ၊ ကိုယ်အင်္ဂါကို၊ လုံပါစေလို၊ ကိုယ်ကိုစမ္ပယ်၊ ဆင်ခြင်မယ်ဟု၊ စိတ်ဝယ်မတမ်း၊ ဤသင်္ကန်းကို၊ ဖုံးလွှမ်းသုံးဆောင်ပါသတည်း။

ဆွမ်း၌ဆင်ခြင်ပုံ

ဤသည့်စားဖွယ်၊ အမယ်မယ်ကို၊ မြူးရယ်မာန်ကြွ၊ လှပရေဆင်း၊ ပြည့်ဖြိုးခြင်းငှါ၊ မသုံးပါဘူး၊ လေးဖြာဓာတ်ဆောင်၊ ဤကိုယ်ကောင်သည်၊ ရှည်အောင်တည်လျက်၊ အသက်မျှတန်း၊ မမောပန်းငြား၊ ဘုရားသာသနာ၊ ကျင့်နှစ်ဖြာကို၊ ကျင့်ပါနိုင်စေ၊ ဝေဒနာဟောင်းသစ်၊ မဖြစ်စေရ၊ ယာပိုက်မျှလစ်၊ ခပ်သိမ်းပြစ်ကို၊ မဖြစ်လေအောင်၊ ချမ်းမြေ့အောင်ဟု၊ သုံးဆောင်မှီဝဲပါသတည်း။

ကျောင်း၌ဆင်ခြင်ပုံ

ချမ်းပူကိုဖျက်၊ ခြင် မှက် လေ နေ၊ ကင်း မြွေဝေးမှု၊ ဥတုဘေးဘျမ်း၊ မသန်းကင်းစင်၊ စိတ်ကြည်လင်ကြောင်း၊ နေရာကျောင်းကို၊ ကိန်းအောင်းမှီခိုပါသတည်း။

ဆေး၌ဆင်ခြင်ပုံ

ကျင်နာခံခက်၊ နှိပ်စက်ဖိစီး၊ ဖြစ်ပြီးဖြစ်လာ၊ ဝေဒနာကို၊ စွန့်ခွာပယ်လျှင်း၊ ဆင်းရဲကင်း၍၊ လူမင်းမြတ်စွာ၊ သာသနာကို၊ ကြည်သာရွှင်လန်း၊ ဖြည့်ကျင့်စွမ်းဘို့၊ ရည်မှန်းသုံးဆောင်ပါသတည်း။

(**မဟာဝိသုဒ္ဓါရုံဆရာတော်**)

ပစ္စည်းလေးပါးလုံး၌ဆင်ခြင်ရန်

အသက်ရှည်စွာ၊ ဘေးရောဂါတို့၊ ကိုယ်မှာမကပ်၊ ပရိယတ်နှင့်၊ ပဋိပတ်ရေး၊ မျှော်ထောက်တွေး၍၊ ဤဆေးဤဆွမ်း၊ ဤသင်္ကန်းနှင့်၊ ရွှင်လန်းဖွယ်ကောင်း၊ ဤစံကျောင်းကို၊ မှီအောင်းသုံးစွဲပါသတည်း။

(မဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော်)

ပစ္စဝေက္ခဏာမဆင်ခြင်ဘဲ အခြားဘာဝနာများ ဆင်ခြင်ပွားများ နေရင်လည်း ပစ္စယသန္နိဿိတသီလစင်ကြယ်

ပစ္စည်းလေးပါးကို ပစ္စဝေက္ခဏာ မဆင်ခြင်ဘဲ အခြားအားသန်ရာ ဘာဝနာတစ်ခုခုကို ဆင်ခြင်ပွားများနေရင်လည်း ပစ္စယသန္နိဿိတသီလဟာ စင်ကြယ်နိုင်ခြင်းကိုလည်း တွေ့ရပြန်ပါတယ်။ ဆင်ခြင်မှုအပြစ်ကင်းမယ်ဆိုတဲ့ အစဉ်အလာကို လက်ခံထားတော့ မဆင်ခြင်ဘဲ အခြားဘာဝနာတစ်ခုခုနဲ့ နေရင် ထိုသီလဟာ စင်ကြယ်တယ်ဆိုတာကို လက်ခံနိုင်ဖို့ ခက်ခဲကောင်း ခက်ခဲမှာပါ။ ဒါကြောင့် အထောက်အထားနဲ့ ပြောပြပါရစေ။

ပစ္စည်းလေးပါးကိုရသောအခါ၌လည်း ဓာတ်သဘော၏အစွမ်းဖြင့်၎င်း၊ စက်ဆုပ်ဖွယ်၏အစွမ်းဖြင့်၎င်း ဆင်ခြင်၍ ထားအပ်သော သင်္ကန်းစသည်တို့ကို ထိုအချိန်ကာလမှ နောက်၌ သုံးဆောင်သောရဟန်း၏ သုံးဆောင်ခြင်းသည် အပြစ်မရှိသည်သာ ဖြစ်၏။ သုံးဆောင်ရာအခါ၌လည်း ဆင်ခြင်၍ သုံးဆောင်သောရဟန်း၏ သုံးဆောင်ခြင်းသည် အပြစ်မရှိသည် သာဖြစ်၏။

(ဝိသုဒ္ဓိမဂ်-၁၊ ၄၁)

ဆိုလိုရင်းမှာ ပစ္စည်းလေးပါးကိုရသောအခါဖြစ်စေ သုံးဆောင်သော အခါဖြစ်စေ ပစ္စဝေက္ခဏာမဆင်ခြင်ဘဲ ထိုပစ္စည်းလေးပါးဟာ အကြောင်းအား လျော်စွာ မပြတ်ဖြစ်နေတဲ့ ဓာတ်သဘောတွေပဲလို့ နှလုံးသွင်းနေရင်ဖြစ်ဖြစ်၊ ဆွမ်းကို ဝမ်းတွင်းရောက်ပြီး ပြန်ထွက်လာရင် စက်ဆုပ်ဖွယ်ရာအဖြစ်၊ သင်္ကန်းကို အရောင်ညှိုးမှိန်ရိနွမ်းပေါက်ပျက်လာရင် စက်ဆုပ်ဖွယ်ရာအဖြစ်၊ ကျောင်းကို ဟောင်းဆွေးပြိုပျက်လာရင် စက်ဆုပ်ဖွယ်ရာအဖြစ်၊ ဆေးကို သောက်လို့ အညစ်အကြေးဖြစ်လာရင် စက်ဆုပ်ဖွယ်ရာအဖြစ်လို့ နှလုံးသွင်း နေရင်ဖြစ်ဖြစ် ဆင်ခြင်နေရင်လည်း ပစ္စယသန္နိဿိတသီလဟာ စင်ကြယ် နေမှာပါ။

ရဟန်းတို့ လက်ဖျစ်တစ်တွက်ခန့်မျှလည်း မေတ္တာကရုဏာစသော ဗြဟ္မဝိဟာရ(၄)ပါး၊ သတိပဋ္ဌာန်(၄)ပါး၊ ဗောဇ္ဈင်(၇)ပါး၊ မဂ္ဂင်(၈)ပါး၊ ကသိုဏ်း(၁၀)ပါး၊ အသုဘ(၁၀)ပါး၊ အနိစ္စသညာစသောသညာ(၁၀)ပါး၊ အနုဿတိ(၁၀)ပါးတို့ကို ပွားများနေသော ရဟန်းသည် ဈာန်မှ ဆိတ်သုဉ်း ခြင်းမရှိဘဲနေသူ ဗုဒ္ဓရဲ့အဆုံးအမဩဝါဒကို လိုက်နာနေသူ တိုင်းသူပြည်သား တို့ရဲ့ဆွမ်းကို အချည်းအနှီးမဖြစ်စေဘဲ သုံးဆောင်နေသူလို့ ဆိုထိုက်၏။ ထိုတရားများကို အမြဲတမ်းပွားများနေသော ရဟန်းတို့မှုကား အဘယ်ပြော ဖွယ်ရာ ရှိပါတော့မလဲလို့ မိန့်တော်မူ၏။

(အံ၊ ၁၊ ၄၁-၄၃)

မေတ္တာစတဲ့ သမထဘာဝနာတစ်ခုခုကိုဖြစ်ဖြစ် ကာယာနုပဿနာစတဲ့ ဝိပဿနာဘာဝနာ တစ်ခုခုဖြစ်ဖြစ် လက်ဖျစ်တစ်တွက်ခန့်မျှ ဆင်ခြင် ပွားများနေရင် ဣဏပရိဘောဂ (အကြွေးယူပြီးသုံးဆောင်မှုနှင့်တူခြင်း) မဖြစ်ဘဲ

ပစ္စယသန္နိဿိတသီလဟာ စင်ကြယ်နေခြင်းပါ။ အမြဲမပြတ် ဆင်ခြင်ပွားများနေရင်တော့ ထိုသီလဟာ အထူးပြည့်စုံနေပြီပေါ့။



ဈာန် မဂ် ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်ရနိုင်သော အခြေခံတရား (၂) ပါး

တရားအားထုတ်မယ့်ယောဂီမှာ အခြေခံပြည့်စုံရမယ့် တရားများကို ဗုဒ္ဓမိန့်ကြားတော်မူထားတာ ရှိပါတယ်။ ဒီအခြေခံတရားတွေ ပြည့်စုံနေမှ ဈာန် မဂ် ဖိုလ် တရားဆိုတာ ရနိုင်မှာပါ။ ဒါကြောင့်မို့ ဒီအခြေခံတရားတွေကို မိမိမှာပြည့်စုံအောင် အရင်လုပ်ထားဖို့ လိုအပ်မှာပါ။

ဗုဒ္ဓသည် အရှင်ဗာဟိယကို ''ချစ်သား ဗာဟိယ၊ သင်ချစ်သားသည် ကုသိုလ်တရားတို့တွင် အစကိုပင် (စင်ကြယ်အောင်) သုတ်သင်ပါ။ ကုသိုလ်တရားတို့၏ အရင်ဆုံးသုတ်သင်ရမည့်အစဆိုတာ အဘယ်အရာတွေလဲဆိုရင် ကောင်းစွာစင်ကြယ်သော ပါတိမောက္ခသံဝရသီလနဲ့ ဖြောင့်မှန်တဲ့ကံနဲ့ ကံရဲ့အကျိုးတရားကို လက်ခံယုံကြည်သော ကမ္မဿကတာသမ္မာဒိဋ္ဌိတို့ပါဘဲ။ သင်ချစ်သားမှာ ပါတိမောက္ခသံဝရသီလလည်းစင်ကြယ် ကမ္မဿကတာ

သမ္မာဒိဋ္ဌိလည်း ဖြောင့်မှန်သောအခါ ပါတိမောက္ခသံဝရသီလကို မှီပြီး သီလ၌တည်ပြီး သတိပဋ္ဌာန်လေးပါးတို့ကို ပွားများပါ''လို့ မိန့်တော်မူပါတယ်။ အရှင်ဉတ္တိယကိုလည်းနည်းတူ မိန့်တော်မူထားခြင်းပါ။

(သံ၊ ၃၊ ၁၄၃)

ထိုအရှင်မြတ်များသည် ဗုဒ္ဓလမ်းညွှန်တဲ့အတိုင်း လိုက်နာကျင့်ကြံ အားထုတ်ကြသဖြင့် ပစ္ဆိမဘဝိကပုဂ္ဂိုလ်များဖြစ်ကြလို့ မကြာမီပင် ရဟန္တာများ ဖြစ်တော်မူကြတာပါ။ တရားရှုပွားမည့်ယောဂီများဆိုရင်

(၁)မိမိတို့နဲ့ သက်ဆိုင်တဲ့ သီလစင်ကြယ်ရမယ်

(၂)ကမ္မဿကတာသမ္မာဒိဋ္ဌိနဲ့ ပြည့်စုံရမယ်။ ဒီအခြေခံတရားနှစ်ပါးနဲ့ အနည်းဆုံး ပြည့်စုံနေမှသာ နတ်ပြည်နဲ့ ဈာန်မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်တို့ကို ရနိုင်မှာပါ။ ထိုအခြေခံနှစ်ပါးမှမရှိရင်တော့ နတ်ပြည်နဲ့ ဈာန်မဂ်ဖိုလ်တရားဆိုတာ မရနိုင်ပါဘူး။

သီလရှိမှတရားရ

သက်ဆိုင်ရာသီလပြည့်စုံမှ တရားရနိုင်တယ်ဆိုရင် ဗုဒ္ဓလက်ထက်တော် ကာလတုန်းက အရက်ကို အမြဲတမ်းသောက်နေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ချို့ တရားထူး ရသွားတာဟာ သီလမပြည့်စုံပါဘူးလို့ ပြောနိုင်တယ် မဟုတ်လား–လို့ မေးစရာပါ။ ထိုအမေးနဲ့ပတ်သက်တဲ့ သာကီဝင်မျိုး သရဏာနိအကြောင်းကို အရင်လေ့လာ ကြည့်ကြရအောင်ပါ။

ဗုဒ္ဓသည် သက္ကတိုင်း ကပိလဝတ်မြို့တော် နိဂြောဓာရုံကျောင်း၌ သီတင်းသုံးနေတော်မူတဲ့အချိန်က အရက်ကို အမြဲတမ်းသောက်နေတဲ့

သာကီဝင်မျိုး သရဏာနိ ကွယ်လွန်သွားခဲ့ခြင်းပါ။ ထိုအခါ ဗုဒ္ဓက ''သရဏာနိဟာ သောတာပန် ဖြစ်တယ်''လို့ မိန့်တော်မူရာ သာကီဝင်မျိုး အများစုဟာ လက်မခံနိုင်လို့''အကျင့်သီလအားနည်းပြီး အရက်ကို အမြဲတမ်း သောက်နေတဲ့ သရဏာနိတောင် သောတာပန်ဖြစ်သေးတယ်ဆိုရင်တော့ လူတိုင်းသောတာပန်ဖြစ်မှာပေါ့''လို့ ဝေဖန်ပြစ်တင်ပြောဆိုကြခြင်းပါ။

ထိုအကြောင်းစုံကို သာကီဝင်မျိုး မဟာနာမ်မင်းသည် ဗုဒ္ဓကို လျှောက်ထားရာ ဗုဒ္ဓက အပါယ်မရောက်နိုင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်အမျိုးမျိုးကို ခွဲခြား ဝေဖန်ပြီး ဟောကြားတော်မူကာ သာကီဝင်မျိုး သရဏာနိသည် သေခါနီး အချိန်၌ အကျင့်သီလကို ဆောက်တည်ပြီးသူဖြစ်၏။ အကျင့်သီလကို အပြည့်အစုံပြုကျင့်သောသူဖြစ်၏–လို့ **(ပဌမ၊ ဒုတိယသရဏာနိသက္ကသုတ်တို့မှာ)** မိန့်တော်မူ၏။ **(သံ၊ ၃၊ ၃၂၆-၃၃၁)**

ပဉ္စာနန္တိယကံ(၅)ပါးကိုကျူးလွန်သူ၊သီလရှိသူကိုဖောက်ပြန်ကျူးလွန်သူ၊ နိယတမိစ္ဆာဒိဋ္ဌိအယူရှိသူ၊ အဟိတ်တိရစ္ဆာန်၊ အသိဉာဏ်မရှိတဲ့ဒွိဟိတ် ပုဂ္ဂိုလ်တို့သာ နတ်ပြည်နဲ့ ဈာန် မဂ် ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်တို့ကို တားမြစ်တဲ့ အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြင်းပါ။ အခြားကံများကတော့ ထိုအန္တရာယ်တွေ မဖြစ်နိုင်တဲ့အတွက် သာကီဝင်မျိုး သရဏာနိဟာ သေခါနီး အချိန်မှာ အကျင့်သီလသိက္ခာကို ဆောက်တည်ပြီး ဝိပဿနာတရားကို ကြိုးစား ပွားများအားထုတ်လို့ သောတာပန်ဖြစ်သွားခြင်းပါ။

အများသိပြီးဖြစ်တဲ့ သန္တတိအမတ်ကြီးအကြောင်းကို လေ့လာ ကြအံ့းစို့. . . ဗုဒ္ဓသည် သာဝတ္ထိမြို့တော် ဇေတဝန်ကျောင်း၌ သီတင်းသုံး နေတော်မူတဲ့အချိန်က ဖြစ်ရပ်ပါ။ သန္တတိအမတ်ကြီးဟာ နန်းစည်းစိမ်

(ဂ)ရက်ခံစားနေစဉ် နောက်ဆုံးရက်၌ ဥယျာဉ်ထဲမှာ အလွန်ချစ်ခင်မြတ်နိုးတဲ့ ကချေသည် မင်းသမီးလေး ရုတ်တရက် သေဆုံးသွားတာကို မြင်တွေ့လိုက်ရတော့ အလွန်ပူလောင်တဲ့ သောကဖြစ်လို့ ဗုဒ္ဓထံကိုသွားပြီး အားကိုးအားထားရာအနေနဲ့ လျှောက်ထားရာ ဗုဒ္ဓက ...

ယံ ပုဗ္ဗေ တံ ဝိသောသေဟိ၊ ပစ္ဆာ တေ မာဟု ကိဉ္စနံ။

မဇ္ဈေ စေ နော ဂဟေဿသိ၊ ဥပသန္တော စရိဿသိ။

သန္တတိအမတ်ကြီး အကြင်ချစ်ခင်မြတ်နိုးမှုကြောင့်ဖြစ်သော စွဲလမ်းမှုသည် ရှေးအခါ၌ဖြစ်၏။ ထိုစွဲလမ်းမှုကို (စင်ကြယ်အောင်) သုတ်သင်ပါ။ နောက်အခါ၌ ချစ်ခင်မြတ်နိုးမှုဖြင့်စွဲလမ်းခြင်းကို သင့်အား မဖြစ်ပါစေနဲ့၊ အလယ်အချိန်အခါ၌ စွဲလမ်းပူပန်မှုကို တကယ်လို့မယူခဲ့ရင် သင်ဟာ တဏှာစတဲ့မီးတွေမှ ငြိမ်းအေးသည်ဖြစ်၍ နိဗ္ဗာန်ရောက်လိမ့်မယ်–လို့ မိန့်တော်မူပါတယ်။ တရားတော်ရဲ့အဆုံးမှာ သန္တတိအမတ်ကြီး ရဟန္တာဖြစ်တော်မူခြင်းပါ။

(ဓမ္မ ပဒ၊ ၄၊ ၁၊ ၄၉)

သန္တတိအမတ်ကြီးဟာ ဗုဒ္ဓနဲ့တွေ့ဆုံရတာနဲ့တပြိုင်နက် သူရဲ့မကောင်းမှုလုပ်ရပ်ကို မကောင်းမှန်းသိသွားမယ်၊ သိတဲ့အတိုင်းဘဲ အသိဉာဏ်နဲ့ ဒီအလုပ်ကို နောင်ဘယ်တော့မှ မလုပ်တော့ဘူး–လို့ ဆုံးဖြတ်ချက်ချလိုက်တဲ့ အချိန်လေးအတွင်းမှာပင် သီလဟာပြည့်စုံသွားပါပြီ။ ထိုပြည့်စုံတဲ့သီလကို အခြေခံပြီး ဗုဒ္ဓလမ်းညွှန်တဲ့အတိုင်း အတိတ်ကစွဲလမ်းမှုတွေပေါ်လာရင် ဝိပဿနာရှုမှတ်၊ အနာဂတ်စွဲလမ်းမှုတွေကို မျှော်တွေးပေါ်လာရင်လည်း ဝိပဿနာရှုမှတ်၊ အလယ်ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့် စွဲလမ်းမှုကိုလည်း မလွတ်တမ်း ဝိပဿနာရှုမှတ်နေတော့ ဝိပဿနာဉာဏ်တွေ အဆင့်ဆင့်ဖြစ် မဂ်ဉာဏ်

ဖိုလ်ဉာဏ်တွေ တစ်ဆင့်ထက်တစ်ဆင့် မြင့်တက်ပြီး ရဟန္တာဖြစ်သွားလို့ စွဲလမ်းမှုအပူမီးတွေ ငြိမ်းအေးတဲ့ နိဗ္ဗာန်ကို ရောက်သွားရခြင်းပါ။

သီလပြည့်စုံမှ ပညာပြည့်စုံနိုင်

မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် နိဗ္ဗာန်ကိုရဖို့ တရားဘာဝနာတစ်ခုခုကို ကျင့်ကြံအားထုတ်ရမယ့်လမ်းစဉ်ဟာ မဂ္ဂင်(၈)ပါးပါ၊ အဲဒီမဂ္ဂင်(၈)ပါးထဲမှာ သီလမဂ္ဂင်(၃)ပါးဟာ ပါဝင်နေပါတယ်၊ ယင်းသို့ ပါဝင်နေတဲ့အတွက် ကျင့်ကြံအားထုတ်မယ့်ယောဂီဟာ အားမထုတ်မီ ရှေ့အဖို့က ကြိုတင်ပြီးသီလနဲ့ပြည့်စုံအောင် ပြုလုပ်ထားရတာဖြစ်လို့ ထိုသီလမဂ္ဂင်(၃)ပါးကို ပုဗ္ဗဘာဂမဂ္ဂင်လို့ ခေါ်ရခြင်းပါ။

တကယ်ကျင့်ကြံအားထုတ်နေတဲ့အခါမှာတော့ သမာဓိမဂ္ဂင်(၃)ပါးနဲ့ပညာမဂ္ဂင်(၂)ပါး ဒီမဂ္ဂင်(၅)ပါးနဲ့ အလုပ်လုပ်ရတာပါ။ ဒါကြောင့် ယင်း(၅)ပါးကို ကာရကမဂ္ဂင်= အလုပ်မဂ္ဂင်လို့ အဋ္ဌကထာဆရာတော်က သုံးထားခြင်းပါ။ ဒါပေမယ့် သမထဘာဝနာတစ်ခုခုကို အားထုတ်ရာဖြစ်စေ ဝိပဿနာရှုပွားလို့ ရုပ်နာမ်သဘာဝ၊ အကြောင်းအကျိုး၊ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သဘောတွေကို ဉာဏ်နဲ့မမြင်နိုင်သေးရင်ဖြစ်စေ သမာဓိမဂ္ဂင်(၃)ပါးနဲ့ပဲ အလုပ်လုပ်ရတာများတာပါ။

မဂ္ဂင်(၈)ပါးကို တကယ်ကျင့်ရမယ့်လမ်းစဉ်အနေနဲ့ ပြောရရင် အရင်ဆုံး သီလပြည့်စုံအောင်လုပ်ပြီး သမာဓိကျင့်စဉ်ကို ကျင့်ကြံအားထုတ်ပါမှ အသိဉာဏ်ပညာဆိုတာ ဖြစ်ပေါ်လာတာပါ။ သို့ပေမယ့် မဂ္ဂင်(၈)ပါးကို ဗုဒ္ဓဟောကြားတဲ့အခါမှာတော့ ပညာမဂ္ဂင် (၂)ပါးကို အရင်ဆုံး ဟောတော်မူပြီး

နောက် သီလမဂ္ဂင်(၃)ပါးကို ဆက်လက်ဟောတော်မူတာပါ။ နောက်ဆုံးမှ သမာဓိမဂ္ဂင်(၃)ပါးကို ဟောတော်မူထားခြင်းပါ။

ဘာကြောင့် ပညာမဂ္ဂင်ကို အရင်ဆုံးဟောရသလဲဆိုရင် ကျင့်ရမယ့် ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားကို ဗုဒ္ဓအဆုံးအမနဲ့အညီ စနစ်တကျ သုတမယဉာဏ်နဲ့ အရင်ဆုံး သိနားလည်အောင် လေ့လာရမှာပါ။ ဒါကြောင့် ယင်းပညာမဂ္ဂင် ကို အရင်ဆုံးဟောရခြင်းပါ။

ထိုသို့အားထုတ်ရမယ့် ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားကို နည်းလမ်းမှန်စွာ သုတမယဉာဏ်နဲ့ သိနားလည်ပြီးမှ သီလကိုပြည့်စုံအောင် လုပ်ရမယ်၊ သီလပြည့်စုံနေပါမှ စိတ်ဟာ ကြည်လင်သန့်ရှင်း စင်ကြယ်မှုရနိုင်မှာပါ၊ စိတ်ကြည်လင်နေမှ သမာဓိမဂ္ဂင်ကို အားထုတ်လို့ ရနိုင်မှာပါ၊ သမာဓိတွေ အားကောင်းလာပါမှ ဘာဝနာမယဉာဏ်နဲ့ အသိဉာဏ်တွေဟာ အဆင့်ဆင့် ဖြစ်လာမှာပါ။

ပညာမဂ္ဂင်ကိုဟောပြီး သီလမဂ္ဂင်ကို ဆက်ဟောရတာကတော့ ပညာရှိမှ သီလပြည့်စုံအောင် လုပ်လို့ရတာပါ၊ သီလရှိမှ ပညာပြည့်စုံအောင် လုပ်လို့ရတာပါ၊ ယင်းသို့ ပညာနဲ့သီလဟာ ဆက်စပ်မှုရှိနေလို့ပါဘဲ။ ထိုအကြောင်းအရာတွေကို ဗုဒ္ဓက (သောဏဒဏ္ဍသုတ်မှာ) ဟောတော် မူထားပါတယ်။

ဗုဒ္ဓသည် အင်္ဂတိုင်း စမ္ပါမြို့အနီး ဂဂ္ဂရာရေကန်ဘေး၌ ရဟန်းငါးရာ နှင့်အတူ သီတင်းသုံး နေတော်မူတဲ့အချိန်က တပည့်လုလင်သုံးရာတို့အား ပညာသင်ကြားပေးနေတဲ့ စမ္ပါမြို့စား သောဏဒဏ္ဍသူဌေးကြီးသည် ဗုဒ္ဓထံသို့ ရောက်လာရာ ဗုဒ္ဓက. . . ''သောဏဒဏ္ဍ၊ (သင်တို့လောကအသိုင်း

အဝိုင်းကြားမှာ) ဘယ်လိုအရည်အချင်းတွေရှိသူကို လူတော်လူကောင်းလို့ သတ်မှတ်ပါသလဲ''

''အရှင်ဂေါတမ၊ (အကျွန်ုပ်တို့လောကအသိုင်းအဝိုင်းကြားမှာ) နှစ်ဖက်မျိုးရိုး စင်ကြယ်သန့်ရှင်းမှုရှိခြင်း၊ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းပညာ လောကီပညာတတ်ခြင်း၊ လောကီဘွဲ့ရခြင်း၊ ရုပ်ရေအဆင်းတင့်တယ်ခန့်ငြားခြင်း၊ ကိုယ်ကျင့်သီလပြည့်စုံခြင်း၊ အသိအလိမ္မာဉာဏ်ပညာရှိခြင်း ဆိုတဲ့ အရည်အချင်း(၅)မျိုးရှိရင် လူတော်လူကောင်း သတ်မှတ်ပါတယ်''

''ဒီလိုဆိုရင် နှစ်ဖက်မျိုးရိုးစင်ကြယ်သန့်ရှင်းမှုမရှိဘဲ အခြားအရည်အချင်း(၄)မျိုးသာရှိနေတဲ့ သူကို လူတော်လူကောင်း မသတ်မှတ်နိုင်ဘူးလား''

''နှစ်ဖက်မျိုးရိုး စင်ကြယ်သန့်ရှင်းမှုမရှိခြင်းဟာ ထိုသူနဲ့မသက်ဆိုင်ပါဘူး၊ သူရဲ့မိဘတွေနဲ့သာ သက်ဆိုင်ခြင်းပါ။ ဒါကြောင့် ကျန်တဲ့ အရည်အချင်း(၄)မျိုးသာရှိနေတဲ့သူကို လူတော်လူကောင်းလို့ ပြောနိုင်ပါတယ်''

''အဲဒီ(၄)မျိုးထဲက လောကီပညာ လောကီဘွဲ့ ရထားတာမရှိဘဲ အခြားအရည်အချင်း(၃)မျိုးသာ ရှိနေတဲ့သူကို လူတော်လူကောင်းလို့ မခေါ်နိုင်ဘူးလား''

''လောကမှာ ခေတ်ပညာမတတ်ပေမယ့် အခြားအရည်အချင်း(၃)မျိုးရှိနေရင် အများက လေးစားယုံကြည်မှုရှိနိုင်တာမို့ လူတော်လူကောင်းလို့ခေါ်နိုင်ပါတယ်''

''ထို(၃)မျိုးထဲက ရုပ်အဆင်းက တင့်တယ်ခန့်ငြားမှုမရှိဘဲ အခြား အရည်အချင်း(၂)မျိုးသာရှိနေသူဆိုရင်ရော လူတော်လူကောင်းလို့ ပြောနိုင် သေးရဲ့လား''

''ဒါလည်းပြောနိုင်ပါတယ်၊ သူ့မှာ ကိုယ်ကျင့်သီလက လည်းကောင်း၊ အကြောင်းအကျိုး အကောင်းအဆိုး သိနားလည်နိုင်တဲ့ အသိဉာဏ်ကလည်း ရှိနေတော့ အားလုံးယုံကြည်စိတ်ချရလို့ပါ''

''ကိုယ်ကျင့်သီလရှိခြင်း၊ အသိအလိမ္မာဉာဏ်ပညာ ရှိခြင်းဆိုတဲ့ အရည်အချင်း(၂)မျိုးအနက် တစ်မျိုးမျိုးမရှိဘဲ ကျန် အရည်အချင်းတစ်မျိုးတည်း သာ ရှိသူကို လူတော်လူကောင်းလို့ သတ်မှတ်နိုင်သေးရဲ့လား''

''မသတ်မှတ်နိုင်ပါ အရှင်ဂေါတမ၊ ဥပမာနဲ့ပြောရရင် လက်နှစ်ဖက် ရှိသူဟာ လက်တစ်ဖက်မှာ အညစ်အကြေးရှိနေရင် ကျန်တဲ့ လက်တစ်ဖက်နဲ့ ပွတ်ပြီးဆေးကြောသန့်ရှင်းနိုင်သလို၊ ခြေနှစ်ဖက်ရှိသူဟာ ခြေတစ်ဖက်မှာ အညစ်အကြေးပေနေရင် ကျန်တဲ့ ခြေတစ်ဖက်နဲ့ပွတ်ပြီး ဆေးကြော သန့်ရှင်းနိုင်သလို ပညာကို ကိုယ်ကျင့်သီလဖြင့် (စင်ကြယ်အောင်) ဆေးကြော နိုင်ပါတယ်၊ သီလကိုပညာဖြင့် (စင်ကြယ်အောင်) ဆေးကြောနိုင်ပါတယ်၊ သီလရှိသူမှာ ပညာရှိပါတယ်၊ ပညာရှိသူမှာ သီလရှိပါတယ်၊ သီလရှိသူအား ပညာရှိတယ်၊ ပညာရှိသူအား သီလရှိပါတယ် ''

''သင်ပြောတဲ့အတိုင်း မှန်ပါတယ်''လို့ ဗုဒ္ဓက မိန့်တော်မူပါတယ်။

(ဒီ၊ ၁၊ ၁၁၃-၁၁၇)

ပညာရှိသူမှာ သီလရှိခြင်း

ပညာရှိသူမှာ သီလရှိပါတယ်ဆိုတာ ကိုယ့်ကို သူတစ်ပါးက နှိပ်စက်ညှဉ်းဆဲလာရင် ကိုယ်ကမကြိုက်သလို သူတစ်ပါးကို ကိုယ်က နှိပ်စက်ညှဉ်းဆဲနေရင် သူတစ်ပါးကလည်းကြိုက်မှာ မဟုတ်ပါဘူး၊ ကိုယ့်ကို သူတစ်ပါးက လိမ်လည်လှည့်စားနေရင် ကိုယ်ကမကြိုက်သလို သူတစ်ပါးကို ကိုယ်က လိမ်လည်လှည့်စားနေရင် သူတစ်ပါးကလည်း ကြိုက်မှာမဟုတ်ဘူးလို့ အသိဉာဏ်ရှိသူမှာ အသိဉာဏ်နဲ့ဆင်ခြင်ပြီး သီလကိုစောင့်ထိန်းရင် သီလဟာပြည့်စုံပါတယ်။

သီလရှိသူမှာ ပညာရှိခြင်း

သီလရှိသူမှာ ပညာရှိပါတယ်ဆိုတာကတော့ သီလစင်ကြယ်သန့်ရှင်းနေသူမှာ စိတ်ဟာ သန့်ရှင်းစင်ကြယ်နေပါတယ်၊ စိတ်က စင်ကြယ်နေရင် စင်ကြယ်တဲ့ဉာဏ်တွေ အဆင့်ဆင့်ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းကို ဆိုလိုတာပါ။ ဒါကြောင့် သီလစင်ကြယ်မှုဟာ အရေးကြီးဆုံးလို့ ဆိုရမှာပါ။

ရဟန်းတော်များအနေဖြင့် သီလသိက္ခာပုဒ်တွေထဲမှာ ဒေသနာပြောကြားလို့ရနိုင်ပေမယ့် လူအများက အပြစ်လို့မြင်နိုင်တဲ့ သိက္ခာပုဒ်တွေရှိနေသလို ဒေသနာလည်းပြောကြား သေချာလည်း စနစ်တကျနဲ့ ကုစားရတဲ့ လူအများက အပြစ်လို့မမြင်နိုင်တဲ့ သိက္ခာပုဒ်တွေလည်း ရှိနေခြင်းပါ။

ဒေသနာကြားလို့ရနိုင်ပေမယ့် လူအများက အပြစ်လို့မြင်နိုင်တဲ့ သိက္ခာပုဒ်တွေကိုကျူးလွန်မိရင် ဘေးပတ်ဝန်းကျင်က လူပုဂ္ဂိုလ်တွေ မြင်လာတဲ့အခါ အကုသိုလ်ဖြစ်ကြသလို ကျူးလွန်နေတဲ့ ရဟန်းမှာလည်း အပြစ်ရှိနေလို့

မကောင်းပါဘူး။ ဒါကြောင့် ထိုသိက္ခာပုဒ်တွေကို ရဟန်းတော်များအနေဖြင့် အထူး သတိထားပြီးရှောင်ရမှာပါ။

လူအများက အပြစ်လို့မမြင်နိုင်ပေမယ့် ဒေသနာလည်းပြောကြား သချာလည်း စနစ်တကျနဲ့ကုစားရတဲ့ သိက္ခာပုဒ်တွေကို ကျူးလွန်မိရင် ဘေးပတ်ဝန်းကျင်ကလူတွေအနေနဲ့ အကုသိုလ်မဖြစ်ကြပေမယ့် ကျူးလွန် နေတဲ့ရဟန်းမှာ အပြစ်ရှိပါတယ်၊ သာသနာတော်အတွက်လည်း ကိုယ်တစ်ဦး တစ်ယောက်ကြောင့် မသန့်ရှင်းမစင်ကြယ်မှုတွေဖြစ်နေခြင်းမို့ ထိုသိက္ခာပုဒ် များကိုလည်း ရဟန်းတော်များအနေဖြင့် ဂရုစိုက်ပြီး ရှောင်ရမှာပါ။

ဒါကြောင့် **မဟာစည်ဆရာတော်ကြီးက ....**

''သီလသိက္ခာပုဒ်တွေထဲမှာ အများသိတဲ့သိက္ခာပုဒ်နဲ့ အများမသိတဲ့ သိက္ခာပုဒ်လို့ နှစ်မျိုးရှိပါတယ်၊ အများမသိတဲ့ သိက္ခာပုဒ်က ချို့ယွင်းနေသော် လည်း ဘေးပုဂ္ဂိုလ်တွေက မသိကြဘူး၊ ကိုယ့်မှာတော့ အပြစ်ရှိတယ်၊ ဒါကြောင့် အများမသိတဲ့သိက္ခာပုဒ်ကို မချို့ယွင်းရအောင် အထူးသတိထားနေရမယ်။ အများသိတဲ့သိက္ခာပုဒ်ကတော့ ချို့ယွင်းနေရင် ဘေးပုဂ္ဂိုလ်တွေကလည်း သိကြတယ်၊ ကိုယ့်မှာလည်းအပြစ်ရှိတယ်၊ ဒါကြောင့် အများသိတဲ့ သိက္ခာပုဒ် တွေကိုလည်း မချို့ယွင်းရအောင် အထူးဂရုစိုက်နေရမယ်''လို့ မိန့်တော် မူပါတယ်။

တောင်းပန်ရခြင်း

တရားအားမထုတ်မီ တောင်းပန်ရတဲ့ အကြောင်းကို ပြောပြပါမယ်၊ ဘာပြုလို့တောင်းပန်ဖို့လိုသလဲ? ဘယ်ပုဂ္ဂိုလ်တွေကိုတောင်းပန်ရမှာလဲ?

စသည်ကို သိထားရမှာပါ။ ဘယ်လောက်ပင် တရားအားထုတ်ပါစေ ဈာန် မဂ် ဖိုလ် မရနိုင်တဲ့ ကံကြီး(၅)မျိုးရှိပါတယ်။ ထိုကံကြီး(၅)မျိုးရှိတဲ့အထဲက အရိယာပုဂ္ဂိုလ်များကို သိသည်ဖြစ်စေ မသိသည်ဖြစ်စေ ပြစ်မှားခဲ့ဖူးလို့ မတောင်းပန်ဘဲ တရားအားထုတ်နေရင် တရားမရနိုင်ပါဘူး၊ တောင်းပန်ပြီး အားထုတ်ရင်တော့ တရားထူးရနိုင်ခြင်းပါ။



ရှောင်ကြဉ်မင်္ဂလာဖိုလ်မရနိုင်သော ကံကြီး (၅)မျိုး

၁။ ကမ္မန္တရာယ်= အမေကိုသတ်ခြင်း၊ အဖေကိုသတ်ခြင်း၊ လူဇာတ်ရှိသောရဟန္တာကို သတ်ခြင်း၊ ဗုဒ္ဓကို သွေးထွက်ဒဏ်ရာရအောင် ပြုလုပ်ခြင်း၊ သံဃာကိုကွဲပြားအောင်ပြုလုပ်ခြင်း၊ ပဉ္စာနန္တရိယကံ(၅)ပါးနှင့် သီလရှိသောဘိက္ခုနီမကိုဖျက်ဆီးခြင်း၊ ဘိက္ခုနီဒူသနကံပေါင်း(၆)ပါး။

၂။ ကိလေသန္တရာယ်= နိယတမိစ္ဆာဒိဋ္ဌိအယူရှိခြင်း။

၃။ ဝိပါကန္တရာယ်= အဟိတ်တိရစ္ဆာန်ပုဂ္ဂိုလ်၊ အသိဉာဏ်မရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်၊ ပဏ္ဍုက် ဥဘတောဗျည်းများ ဖြစ်ခြင်း။

၄။ အရိယူပဝါဒန္တရာယ်= အရိယာပုဂ္ဂိုလ်ကို ပြစ်မှားခြင်း။

၅။ အာဏာဝီတိက္ကမန္တရာယ်= ဆိုင်ရာသိက္ခာပုဒ်များကို ကျူးလွန်ခြင်း။

ထိုကံကြီး(၅)မျိုးတို့တွင် ရှေ့ကံသုံးမျိုးတို့သည် ကုစားလို့မရပါ။ နောက်ကံ(၂)မျိုးတို့သာ ကုစားလို့ရနိုင်ခြင်းပါ။

(မဋ္ဌ၊၂၉။ အလဂဒ္ဒူပမသုတ်အဖွင့်)

ကံ, ကိလေသာ၊ ဝိပါက၊ ဝါဒ, တိက္ကမာ။
နတ်ရွာနိဗ္ဗာန်၊ မဂ်ဖိုလ်စျာန်၊ ငါးတန်အန္တရာ။
(ဆရာတော်ဦးဗုဒ်)

၁။ ကမ္မန္တရာယ်

ပဥ္စာနန္တရိယကံ(၅)ပါးကို ကျူးလွန်သူသည် သေသည်နှင့်တပြိုင်နက် အပါယ်ငရဲသို့ ကေန်ကျရောက်ရမှာဆိုတော့ စျာန်မဂ်ဖိုလ်တရားထူး မရနိုင်ရုံသာမက သုဂတိဘဝသို့လည်း ရောက်ခွင့်မရှိပါ။ ထိုကံ(၅)ပါးတို့တွင် သံဃာကို ကွဲပြားအောင် ပြုလုပ်ခြင်းသည် ကျမ်းဂန်များ၌ ရဟန်းနဲ့သာ သက်ဆိုင်တယ်လို့ဆိုထားပေမယ့် လူပုဂ္ဂိုလ်များသည် သံဃာကို ကွဲပြားအောင် လုပ်ရင်လည်း သူ့ဘုန်းကြီး, ငါ့ဘုန်းကြီး စသည်ဖြင့်ကွဲပြားပြီး အကုသိုလ်အပြစ်များစွာဖြစ်တတ်လို့ ဆိုးကျိုးကတော့ သေးမည်မဟုတ်ပါ။

ဝိနည်းစည်းကမ်းအရ ရဟန်းတော်များအား တစ်ပါးကို ပုဂ္ဂိုလ်၊ နှစ်ပါး သုံးပါးကို ဂိုဏ်း၊ လေးပါး, လေးပါးအထက် ရဟန်းတော်များကို သံဃာလို့ သတ်မှတ်ထားခြင်းပါ။ ညီညွတ်ချစ်ခင်နေတဲ့ ရဟန်းတွေကို ကွဲပြားသွားအောင် လုပ်တဲ့အခါမှာအနည်းဆုံးသံဃာ(၄)ပါးကို ကွဲပြားအောင် ပြုလုပ်မှသာ အပြစ်ရှိခြင်း မဟုတ်ပါ။ ညီညွတ်နေတဲ့ ရဟန်းနှစ်ပါးကို ကွဲသွားအောင် ပြုလုပ်ပေးရင်လည်း အပြစ်ရှိတာပါဘဲ။

ဝင့်လိုက်ခြင်းပြု မကောင်းမှု

ဗုဒ္ဓလက်ထက်တော်က စာရေးတံမဲကိုနှိုက်ယူကြတဲ့ တပည့် ရဟန်းတို့တွင် အသာဆုံး တေဒဂ်ဘွဲ့ထူးရတော်မူတဲ့ အရှင်ကုဏ္ဍဓာန အကြောင်းကို လေ့လာကြည့်ရင် သိနိုင်မှာပါ။ ထိုအရှင်မြတ်သည် ကဿပ ဗုဒ္ဓလက်ထက်တော်၌ ရုက္ခစိုးနတ်တစ်ဦး ဖြစ်ခဲ့ဖူးတာပါ။

သက်တော်တိုသော ဂေါတမဗုဒ္ဓလက်ထက်တော်၌ ရဟန်းတော်များ သည် (၁၅)ရက်တစ်ကြိမ် ဥပုသ်ပြုရပေမယ့် သက်တော်ရှည်သော ဝိပဿီဗုဒ္ဓ, ကဿပဗုဒ္ဓ လက်ထက်တော်များမှာ(၆)လ တစ်ကြိမ်သာ ဥပုသ်ပြုရခြင်းပါ။ ဩဝါဒပါတိမောက်ပြရာ ဥပုသ်ပြုသောတစ်နေ့တွင် ရပ်ဝေး၌နေကြတဲ့ သူငယ်ချင်းမထေရ်(၂)ပါးတို့သည် ဥပုသ်ပြုဖို့ ကဿပဗုဒ္ဓ ရှိတော်မူရာအရပ်သို့ သွားရောက်ကြရာ ဘုမ္မစိုးနတ်သည် ''ဒီမထေရ် (၂)ပါးတို့ရဲ့မေတ္တာဟာ တစ်ပါးအပေါ်တစ်ပါး ခိုင်မြဲလှတယ်၊ ကွဲပြားအောင်ပြုလုပ်ရင် မေတ္တာ တရားဟာ ခိုင်မြဲပါဦးမလား''လို့ စဉ်းစားကာ ထိုမထေရ်(၂)ပါးစိတ်ဝမ်း ကွဲအောင် ပြုလုပ်နိုင်မယ့်အခြေအနေကို စောင့်ကြည့်ပြီး မထေရ်တို့ မနီးမဝေးက လိုက်လာခဲ့တာပါ။

လမ်းခုလတ်တွင် မထေရ်တစ်ပါးသည် ကိုယ်လက်သုတ်သင် ရန်အတွက် အခြားမထေရ်ထံ၌ သပိတ်သင်္ကန်းတို့ကို အပ်ထားခဲ့ပြီး အညစ် အကြေးစွန့်မှု ပြုလုပ်ကာ ရေရှိရာအရပ်သို့သွားလျှက် လက်ခြေတို့ကို ဆေး၍ ချုံဖုတ်တစ်ခုအနီးမှ ထွက်လာခဲ့တယ်၊ ဘုမ္မစိုးနတ်သည် ကိုယ်လက်သုတ်သင် သောမထေရ်ရဲ့ နောက်နားက ကပ်ကာ အလွန်လှပတဲ့ အမျိုးသမီးလို ဖန်ဆင်းပြီး ဆံပင်များကို ပြုပြင်ထုံး, ထဘီကိုပြင်ဝတ်သလို ပြုလုပ်ပြီး မထေရ်

နောက်မှ လိုက်လာတာကို ပြလိုက်တော့ အဖော်မထေရ် မြင်ရတဲ့အခါ စိတ်မချမ်းမသာဖြစ်သွားခြင်းပါ။

''တကယ်လို့ ဒီရဟန်းဟာ အခုလို သီလမရှိမှန်းသိခဲ့ရင် ဒီလောက်ကြာအောင် ဒီရဟန်းနဲ့ အတူတူချစ်ခင်စွာ ငါနေဖြစ်မှာ မဟုတ်ဘူး''လို့ စဉ်းစားပြီး ထိုမထေရ် အနီးအနား ရောက်လာတဲ့အခါ ''ရော့ သင့်သပိတ်သင်္ကန်းတွေ ပြန်ယူ၊ သင့်လိုသီလမရှိ ယုတ်မာတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်နဲ့ လမ်းတစ်ကြောင်းတည်း ဘယ်နည်းနဲ့မှ အတူတူမသွားနိုင်ဘူး''လို့ လမ်းခွဲစကားပြောတဲ့အခါ . . .

လဇ္ဇီစစ်စစ်ဖြစ်တဲ့ သူငယ်ချင်းမထေရ်မှာ ဝမ်းနည်း စိတ်ဆိုးပြီး ''ငါ့ရှင် ဘာဖြစ်လို့ ဒီလိုစကားမျိုး ပြောရတာလဲ၊ ငါဟာသင်နဲ့ အကြာကြီး အတူတူနေခဲ့တဲ့ အချိန်အတွင်းမှာ ဒုက္ကဋ်အာပတ်လေးတောင် မသင့်အောင် နေခဲ့တာ သင်အသိပဲမဟုတ်လား၊ အဲဒီလိုနေခဲ့ပါလျက်နဲ့ သင့်ဟာ ငါ့ကို ဒီနေ့သီလမရှိ ယုတ်မာတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်လို့ အပြစ်ပြောတယ်၊ ဘာအပြစ်ကို မြင်ရလို့ ဒီလိုပြောတာလဲ''လို့ မေးရာ . . .

စွပ်စွဲတဲ့မထေရ်က ''ငါ့ရှင် သင်ဟာ လှပတဲ့ မာတုဂါမနဲ့ အတူတူ တစ်နေရာတည်းမှာနေပြီးမှ ချုံဖုတ်ထဲက ထွက်လာခဲ့တာ မဟုတ်လား''လို့ သူမြင်တဲ့အတိုင်း အပြစ်တင်ပြောဆိုတော့ ''ငါ့ရှင် ဒီလုပ်ရပ်မျိုး ငါလုံးဝ မလုပ်ပါဘူး၊ ငါဟာ သင်ပြောပြတဲ့ မာတုဂါမကိုလည်း လုံးဝမမြင်ရပါ''လို့ အစွပ်စွဲခံရတဲ့မထေရ်က ရိုးသားစွာ အကြိမ်ကြိမ် ဖြေရှင်းပြတာပါ။

စွပ်စွဲတဲ့မထေရ်သည် ထိုဖြေရှင်းချက်ကို လုံးဝအယုံအကြည်မရှိဘဲ သူမြင်ရတဲ့အကြောင်းကိစ္စကိုသာ အမှန်လို့ထင်မှတ်ပြီး လမ်းတစ်ကြောင်းတည်း အတူတူမသွားတော့ပဲ အခြားလမ်းဖြင့် ကဿပဗုဒ္ဓထံသို့ သွားတာပါ။

ဘုမ္မစိုးနတ်ရဲ့နောင်တ

ရဟန်းသံဃာများ ဥပုသ်ပြုဖို့ သိမ်အတွင်းသို့ ဝင်သောအခါတွင် စွပ်စွဲသောမထေရ်သည် အစွပ်အစွဲခံရသော မထေရ်ကို သိမ်အတွင်း၌ တွေ့ရသဖြင့် ''ဒီဥပုသ်ပြုရာ သိမ်အတွင်း၌ ရဟန်းယုတ်တစ်ပါး ပါရှိနေလို့ ငါဟာ ထိုရဟန်းယုတ်နဲ့အတူ ဥပုသ်ပြုလို့ မဖြစ်နိုင်ဘူး'' လို့ နှုတ်ကပြောဆိုကာ သိမ်အတွင်းကထွက်ပြီး သိမ်ပြင်ပ၌ ရပ်နေခြင်းပါ။

ဒီလိုအခြေအနေတွေကို မြင်ရတော့မှ ဘုမ္မစိုးနတ်သည် ''ဩော် ငါတော့ မလုပ်သင့်ရာကို ပြုလုပ်မိပြီ'' လို့ နောင်တရပြီး အသက်အရွယ်ကြီး တဲ့ဒကာအသွင်ဖြင့် စွပ်စွဲတဲ့မထေရ်ထံသွားကာ ''အရှင်ဘုရား၊ အရှင်ဘုရားဟာ ဘာကြောင့်များ သိမ်အပြင်ဘက်မှာ ရပ်နေရပါသလဲ'' ''ဒါယကာကြီး ဒီသိမ် အတွင်းတွင် ရဟန်းယုတ်တစ်ပါးရှိနေတယ်၊ ငါဟာ အဲဒီရဟန်းယုတ်နဲ့အတူ ဥပုသ်မပြုနိုင်လို့ သိမ်အပြင်ဘက်ထွက်ပြီး ရပ်နေတာ''

''အရှင်ဘုရား အဲဒီလိုအထင်မလွဲပါနဲ့ဘုရား၊ ထိုအစွပ်စွဲခံ ရဟန်းဟာ သီလရှိသူအစစ်ပါ၊ အရှင်ဘုရားမြင်အပ်သော မာတုဂါမဆိုတာ တပည့် တော်ဖန်ဆင်းထားတာပါ၊ ဘာကြောင့် လုပ်ရသလဲဆိုရင် တပည့်တော်ဟာ အရှင်ဘုရားတို့နှစ်ပါးရဲ့မေတ္တာတရား ခိုင်မြဲမှုရှိ မရှိစုံစမ်းဖို့နဲ့ လဇ္ဇီရဟန်း

အလဇ္ဇီရဟန်းခွဲခြားသိလိုသဖြင့် မာတုဂါမတစ်ယောက် အယောင်ဆောင်ပြီး ထိုမထေရ်နောက်မှ လိုက်ပါမှုကို ပြုလုပ်ခဲ့ခြင်းပါ''

''သင် ဘယ်သူလဲ''

''တပည့်တော်ဟာ ရုက္ခစိုးနတ်တစ်ဦးပါ အရှင်ဘုရား''လို့ ပြောရင်းပင် နတ်အဖြစ်ဖြင့် မထေရ်ခြေရင်း၌ ဝပ်စင်းကန်တော့ပြီး ''အရှင်ဘုရားတို့ တပည့်တော်ကို ခွင့်လွှတ်သည်းခံတော်မူကြပါ၊ ဒီပြဿနာကို အစွပ်စွဲခံ မထေရ်မှာ လုံးဝမသိပါအရှင်ဘုရား၊ ဥပုသ်ကို စိတ်ချစွာ ပြုတော်မူပါ အရှင် ဘုရား''လို့ တောင်းပန်ပြီး သိမ်အတွင်းသို့ ပြန်ဝင်စေခဲ့ခြင်းပါ။

ထိုမထေရ်သည် ဥပုသ်ကို တစ်နေရာတည်းပြုခဲ့ပေမယ့် အစွပ်စွဲ ခံမထေရ်နဲ့ နောင်မှာ အကျွမ်းတဝင်ချစ်ခင်စွာ မနေတော့ပါ။ ဒီနေရာ၌ စွပ်စွဲတဲ့မထေရ်ရဲ့ တရားဘာဝနာအကြောင်းကို အဋ္ဌကထာမှာ အထူးမှတ်တမ်း တင်ထားတာ မတွေ့ရပါ။ သို့ပေမယ့် စွပ်စွဲတဲ့မထေရ်ရဲ့စိတ်ထဲမှာ သံသယ အဖုအထစ် ကျန်ရစ်သွားသဖြင့် မေတ္တာလည်းပျက်သွားပြီး စိတ်မအေးချမ်း တော့ ဝိပဿနာလည်း အားထုတ်ဖို့ မလွယ်နိုင်ပါလို့ ထင်မြင်ယူဆမိခြင်းပါ။

အစွပ်စွဲခံမထေရ်သည် တရားကို ကြိုးစားအားထုတ်သဖြင့် ဝိပဿနာ ဉာဏ်အဆင့်ဆင့်ဖြစ်ပြီး ရဟန္တာဖြစ်တော်မူပါတယ်။ ဘုမ္မစိုးနတ်ဟာ ထိုမကောင်းမှု အကုသိုလ်ကံအကျိုးဆက်ကြောင့် ကဿပဗုဒ္ဓနဲ့ဂေါတမဗုဒ္ဓ နှစ်ဆူကြားကာလ ဗုဒ္ဓရန္တရအသင်္ချေယျ တစ်ကပ်ပတ်လုံး အပါယ်ဘုံဘဝမှာ များစွာဖြစ်ရခြင်းပါ။ ရံဖန်ရံခါ လူဖြစ်လာပေမယ့်လည်း အခြားသူများ ပြုလုပ် သမျှ အပြစ်များသည် သူ့အပေါ်မှာသာ ကျရောက်တာပါ။

ဂေါတမဗုဒ္ဓလက်ထက်တော်တွင် သာဝတ္ထိမြို့တော်၌ ပုဏ္ဏားမျိုးမှာ ဖြစ်လာပြီး ဓာနလို့ မိဘများက ချစ်စနိုး နာမည်မှည့်ခေါ်ကြတာပါ။ အရွယ်ရောက်တဲ့အခါ ပညာသင်ပြီး ပညာတတ်မြောက်တော့ အလုပ်လုပ်ကာ အသက်အရွယ်ရလာတော့ ဗုဒ္ဓထံမှတရားတော်များကို နာယူပြီး ရဟန်းပြုတာပါ။

ဝင့်ဆိုတာ လည်တတ်ခြင်း

ဓာနမထေရ် ရဟန်းပြုသောနေ့မှစပြီး တန်ဆာအပြည့်အစုံ ဝတ်ဆင်ထားတဲ့အမျိုးသမီး (တကယ့်အမျိုးသမီး မဟုတ် ဝိပါက်ဝဋ်ကြွေးရုပ်) သည် မထေရ်မြို့ရွာတွင်းသို့ဝင်ရင် အတူလိုက်ပါနေပြီး မထေရ်မြို့ရွာထဲက ထွက်လာရင် ထွက်လာ၊ မထေရ်ရပ်နေရင် ရပ်နေ၊ မထေရ်သွားရင် သွား စသည်ဖြင့် အမြဲပင် မထေရ်နောက် တကောက်ကောက် လိုက်ပါနေသလို ထင်နေခြင်းပါ။

ထိုအမျိုးသမီးရုပ်သွင်ကို မထေရ်ကိုယ်တိုင်မှာ လုံးဝမမြင်ရပါ။ မထေရ်ရဲ့ ရှေးမကောင်းမှု အကုသိုလ်ကံအကျိုးဆက်ကြောင့် အခြားသူတို့က မြင်နေရခြင်းပါ။ မထေရ်ဆွမ်းခံရာတွင် ဆွမ်းလောင်းကြတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်များက ''အရှင်ဘုရား ဒီဆွမ်းက အရှင်ဘုရားအတွက်၊ ဟောဒီဆွမ်းကတော့ အရှင်ဘုရား နောက်ကပါလာတဲ့ အမျိုးသမီးအတွက်ပါ'' လို့ လှူဒါန်းရင်း ပြောင်လှောင်စကားပြောကြတော့ ဓာနမထေရ်ရဲ့စိတ်ထဲမှာ အတော့်ကို ကသိကအောက်ဖြစ်ရခြင်းပါ။

ကျောင်းပြန်ရောက်တဲ့အခါမှာလည်း သာမဏေများ ရဟန်းငယ်များက ''**ဓာနော ကောဏ္ဍော ဇာတော**= အရှင်ဓာနဟာ အမျိုးသမီးကြူးသူ၊ အမျိုး

သမီးနဲ့ ပျော်နေသူ ဖြစ်တယ်'' လို့ ပြောင်လှောင်ကြတယ်၊ ထိုအကြောင်းကို အစွဲပြုပြီး ခါနမထေရ်နာမည်ဟာ ကုဏ္ဍခါနမထေရ်လို့ နာမည်တွင်သွားရခြင်းပါ။

ကုဏ္ဍခါနမထေရ်ဟာ သာမဏေများ, ရဟန်းငယ်များ ပြောင်လှောင်မှုပြုကြတဲ့အခါ သည်းမခံနိုင်သဖြင့် ''သင်တို့သာ အမျိုးသမီးနဲ့ ပျော်နေကြသူဖြစ်တယ်၊ သင်တို့ရဲ့ ဥပဇ္ဈာယ်ဆရာ, သင်တို့ရဲ့ ဆရာများသာ အမျိုးသမီးနဲ့ ပျော်နေကြသူဖြစ်တယ်''လို့ ပြန်ပြောရာ အခြားရဟန်းများက ဗုဒ္ဓကို ''မြတ်စွာဘုရား ကုဏ္ဍခါနရဟန်းဟာ သာမဏေ,ရဟန်းငယ်များနဲ့ ကြမ်းတမ်းရိုင်းစိုင်းတဲ့စကားတွေ ပြောနေကြပါတယ် အရှင်ဘုရား'' လို့ လျှောက်ထားကြတာပါ။

ထိုအခါ ဗုဒ္ဓက အရှင်ကုဏ္ဍခါနကိုခေါ်ယူပြီး ''ချစ်သား ဘာဖြစ်လို့ ကြမ်းတမ်းရိုင်းစိုင်းတဲ့စကားတွေကိုပြောရတာလဲ'' ''မြတ်စွာဘုရား သူတို့က တပည့်တော်ကို အမြဲတမ်း စိတ်ဆင်းရဲအောင် ပြုလုပ်နေကြလို့ သည်းမခံနိုင်သဖြင့် ပြန်ပြောမိတာပါ အရှင်ဘုရား'' ''ချစ်သား ရှေးက သင်ကိုယ်တိုင် ပြုခဲ့တဲ့ မကောင်းမှုအကုသိုလ်ကံကို ငြိမ်းအေးပပျောက်စေဖို့ အခုမတတ်နိုင်သေးဘူး၊ ဒါကြောင့် နောင်ကို ကြမ်းတမ်းရိုင်းစိုင်းတဲ့ စကားကို ပြန်မပြောရဘူး''လို့ မိန့်တော်မူပြီး . . .

မာ ဝေါစ ဖရုသံ ကဉ္စိ၊ ဝုတ္တာ ပဋိဝဒေယျု တံ။

ဒုက္ခာ ဟိ သာရမ္ဘကထာ၊ ပဋိဒဏ္ဍာ ဖုသေယျု တံ။

တစ်ယောက်သော သူကိုမျှ ကြမ်းတမ်းသောစကားကို မပြောကြားပါနဲ့၊ ကြမ်းတမ်းတဲ့စကား ပြောကြားအပ်သော အခြားသူတို့သည် သင့်ကို

တဖန်ပြန်၍ ကြမ်းတမ်းစကား ပြောဆိုကုန်ရာ၏။ သူ့ကို ငါနိုင် အသာပိုင်လို့ အပြိုင်စကား ပြောကြားခြင်းသည် ဆင်းရဲရ၏၊ သင့်ကို အတုံ့အပြန် ကာယဒဏ်၊ ဝစီဒဏ်တို့သည် လေညာပစ်လိုက်တဲ့ ပြာမှုန့်လို ကိုယ်ထံသို့ တဖန် ပြန်ရောက်လာကုန်ရာ၏။

သစေ နေစေသိ အတ္တာနံ၊ ကံသော ဥပဟတော ယထာ။

သေ ပတ္တောသိ နိဗ္ဗာနံ၊ သာရမ္ဘော တေ န ဝိဇ္ဇတိ။

သင်သည် မိမိကိုယ်ကို အနားရေးကို ခုတ်ဖြတ်ထားတဲ့ အသံမထွက်တဲ့(ကြေး)ခွက်လို ကြမ်းတမ်းတဲ့အသံမထွက်အောင် ကျင့်ဆောင် အားထုတ်နိုင်အံ့၊ ထိုသင်ချစ်သားသည် နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်ပြီးသူ ဖြစ်လေ၏၊ ဤသို့ဖြစ်လျှင် သင်ချစ်သားသန္တာန်၌ အပြိုင်စကား ပြောကြားမှုသည် ရှိတော့မည် မဟုတ်ပါ။

ထိုသို့ တရားတော်ကို ဟောကြားရာအဆုံး၌ တရားနာပရိသတ်တို့မှာ သောတာပတ္တိဖိုလ် စသည်တို့ကိုရကုန်၏။

(ဓမ္မပဒ၊ ၄၊ ၂၊ ၃၃-၃၇)

ကောသလမင်းကြီးကိုယ်တိုင် စုံစမ်းခြင်း

ရဟန်းတို့သည် ကုဏ္ဍဓာနမထေရ်ရဲ့ မာတုဂါမနဲ့အတူနေမှု အကြောင်းကို ပသေနဒီကောသလမင်းကြီးအား သွားပြောကြခြင်းပါ။ ဒီတော့ မင်းကြီးဟာ မင်းချင်းတွေကို စုံစမ်းဖို့စေလွှတ်ပြီး ကိုယ်တိုင်လည်း အစောင့် အနည်းငယ်နဲ့အတူ မထေရ်ရဲ့ကျောင်းသို့ သွားရောက်ကာ ရပ်ပြီး အကဲခတ် စောင့်ကြည့်နေတာပါ။

ထိုအချိန်၌ မထေရ်သည် သက်န်းချုပ်ရင်း ထိုင်နေခြင်းပါ၊ အမျိုးသမီးတစ်ယောက်ဟာ မထေရ်အနီးပတ်ဝန်းကျင်၌ ရပ်နေသလို မင်းကြီး ကမြင်ရတော့ မင်းကြီးစိတ်ထဲမှာ ''တစ်ခုခုတော့ ထူးခြားမှုဖြစ်နေပြီ''လို့ စဉ်းစားကာ ထိုအမျိုးသမီးရှိနေတဲ့နေရာကို သွားကြည့်တာပေါ့၊ မင်းကြီး လာတော့ ထိုအမျိုးသမီးဟာ မထေရ်သီတင်းသုံးရာကျောင်းထဲ ဝင်သွားသလို ဖြစ်ခြင်းပါ၊ မင်းကြီးလည်း ထိုအမျိုးသမီးဝင်သွားရာ ကျောင်းတွင်းသို့ဝင်ပြီး နေရာအနှံ့ရှာဖွေကြည့်ပေမယ့် မတွေ့ရသဖြင့် ''ဒီအမျိုးသမီးဟာ လူသား အစစ် မဟုတ်ဘူး၊ မထေရ်ရဲ့ အကုသိုလ်ကံအကျိုးဝိပါက်ရုပ်သာ ဖြစ်ရမယ်''လို့ ဆင်ခြင်ပြီး အစောပိုင်းမှာ မထေရ်ရဲ့အနီးအနားက ကျောင်းတွင်းသို့ ဝင်သွား ပေမယ့် မထေရ်ကို ရှိခိုးကန်တော့ခြင်း မပြုလုပ်ပါဘူး။

အများက စွပ်စွဲချက်အကြောင်းအရာဟာ မှန်ကန်ခြင်း မရှိတာကို ကိုယ်တွေ့သိမြင်ပြီးမှ မထေရ်ထံသို့ လာရောက်ရှိခိုးကန်တော့ပြီး ထိုင်လျှက်

''အရှင်ဘုရား ဘယ်လိုလဲ၊ ဆွမ်းပြည့်စုံပါရဲ့လား''

''သင့်ရုံတော့ ရပါတယ် မင်းကြီး''

''အရှင်ဘုရား၊ အရှင်ဘုရားရဲ့ စကားကို တပည့်တော် နားလည် သဘော ပေါက်ပါတယ်၊ အမျိုးသမီးတစ်ယောက်နဲ့ အတူသွား အတူလာနေတာကို မြင်ရတဲ့ အရှင်ဘုရားကို ဘယ်သူကများ ကြည်ညိုနိုင်မလဲ၊ ကြည်ညိုသူ မရှိနိုင်ပါဘူး၊ အခုအချိန်ကစပြီး အရှင်ဘုရားရဲ့ပစ္စည်းလေးပါးအတွက် အခြား အရပ်ကိုမကြွပါနဲ့တော့၊ တပည့်တော်ဟာ အရှင်ဘုရားကို ပစ္စည်းလေးပါး တို့ဖြင့် လှူဒါန်းပါ့မယ်၊ အရှင်ဘုရား တရားဘာဝနာကိုသာ အမြဲမပြတ်ကြိုးစား အားထုတ်တော်မူပါဘုရား''လို့ လျှောက်ထားပြီး နေ့စဉ်မပြတ် ဆွမ်းလှူခြင်းပါ။

မထေရ်သည် ကောသလမင်းကြီးရဲ့ ပစ္စည်းလေးပါး အထောက်အပံ့ ရပြီး သပ္ပါယဖြစ်သော ဘောဇဉ်ဖြင့် သမာဓိရကာ ဝိပဿနာတရား ကြိုးစား အားထုတ်ရာ ရဟန္တာဖြစ်တော်မူခြင်းပါ၊ မထေရ်မြတ် ရဟန္တာဖြစ်ချိန်ကစပြီး ထိုအမျိုးသမီးသည် လုံးဝ ပျောက်ကွယ်သွားခြင်းပါ။

ကွဲသွားအောင်ပြုလုပ်ခဲ့တဲ့ အကုသိုလ်ကံသည် ပြုလုပ်ခဲ့တဲ့ အချိန် လေးမှာ ဘာမှမကြာလိုက်ပေမယ့် ထိုအကုသိုလ်ကံ အကျိုးဆက်အနေနဲ့ ခံရတဲ့အချိန်ကတော့ ဗုဒ္ဓနှစ်ဆူကြားကာလ အသင်္ချေယျကပ်တစ်ကပ် တိုင်အောင် ကြာရှည်ခြင်းပါ။ လွန်ခဲ့တဲ့ကမ္ဘာတစ်သိန်းကာလ ပဒုမုတ္တရဗုဒ္ဓထံမှ ဂေါတမဗုဒ္ဓလက်ထက်တော်မှာ စာရေးတံမဲကို နှိုက်ယူကြတဲ့ တပည့်ရဟန်း တို့တွင် အသာဆုံး ဧတဒဂ်ဘွဲ့ထူးရလိမ့်မယ်လို့ ဗျာဒိတ်တော်ရထားတဲ့ ပါရမီထူးရှိတဲ့ အရှင်ကုဏ္ဍဓာနတို့လို ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးတောင် ညီညွတ်ချစ်ခင်နေကြတဲ့ ရဟန်းနှစ်ပါး ကွဲပြားအောင် အမှားများကို လုပ်ခဲ့ဖူးသေးရင် သာမန်ပုဂ္ဂိုလ်တွေ မှာ ဗျာဒိတ်ရထားတာလည်းမရှိ ပါရမီထူးလည်းမရှိလေတော့ အမှားတွေ လုပ်မိဖို့များမှာပါ။

ထိုအကုသိုလ်ကံရဲ့အကျိုးဆက်ကို ပါရမီရှင်တွေတောင် ခံရသေးရင် သာမန်ပုဂ္ဂိုလ်များကတော့ ပိုပြီးခံရဖို့ သေချာနေခြင်းပါ။ ဒါကြောင့် ညီညွတ် နေသူတွေ, ချစ်ခင်နေသူတွေကို တွေ့လာတဲ့အခါ ဒီထက်ပိုပြီး ညီညွတ်အောင် ချစ်ခင်အောင်မလုပ်နိုင်ရင် ဘာအပြစ်မှမဖြစ်နိုင်ပေမယ့် ကွဲပြားအောင် သွားလုပ်မိရင်တော့ ထိုအကုသိုလ်ကံရဲ့ အကျိုးဆက်ကို ဘဝတွေ ပေးဆပ် ရမှာက များပြားလှခြင်းပါ၊ ပါရမီရှင်ဖြစ်တဲ့ အရှင်ကုဏ္ဍဓာနရဲ့ ဇာတ်ကြောင်းကို သင်ခန်းစာယူပြီး လူ့ဘဝကောင်းကိုရခိုက်မှာ ကွဲပြားအောင်ပြုလုပ်တဲ့

ထိုအမှားမျိုးတွေကို မပြုလုပ်မိအောင် အထူးသတိထားပြီး ဝေးဝေးက ရှောင်ကြဉ်ကြဖို့ပါပဲ။

သီလရှိတဲ့ ရဟန်းမိန်းမကို မိစ္ဆာစာရအကျင့်နဲ့ ဖျက်ဆီးရင် ဈာန် မဂ် ဖိုလ် တရားတို့သာ မရနိုင်ခြင်းပါ၊ အမှားကိုသိလို့ ဝန်ခံကာ ကောင်းမွန်စွာ နေထိုင်ရင် သုဂတိဘဝကို ရနိုင်ပါသေးတယ်။ ဒီခေတ်မှာ ကိလေသာကို ဖြစ်စေတတ်, နှိုးဆွပေးတတ်တဲ့ အရာဝတ္ထုတွေက တိုးတက်များပြားလာတော့ သီလရှိတဲ့ ရဟန်းကို မိစ္ဆာစာရအကျင့်နဲ့ ဖျက်ဆီးရင်လည်း အပြစ်က ဘိက္ခုနီမ နည်းတူလို့ ပြောရမှာပါ။

၂။ ကိလေသန္တရာယ်

ကိလေသန္တရာယ်ဆိုတာ ကိလေသာ(၁၀)ပါး၊ ဒုစရိုက် (၁၀)ပါးတို့တွင် ပါဝင်သော ကုစားပြုပြင်လို့မရတဲ့ နိယတမိစ္ဆာဒိဋ္ဌိပါ၊ ကုစားပြုပြင်လို့ရတဲ့ သက္ကာယဒိဋ္ဌိကို ဆိုလိုခြင်းမဟုတ်ပါ။ နိယတမိစ္ဆာဒိဋ္ဌိသည်

(က) ကောင်းမှု, မကောင်းမှု၊ ကုသိုလ်,အကုသိုလ်ဆိုတာမရှိ၊ ကောင်းတာ,မကောင်းတာ ပြုလုပ်ပေမယ့်လည်း ကောင်းမှု, မကောင်းမှုဟာ မဖြစ်ဘူး၊ ကောင်းကျိုး, ဆိုးကျိုးကို မပေးနိုင်ဘူးလို့ စွဲမြဲစွာယုံကြည်လက်ခံတဲ့ အယူအဆဖြစ်သော **အကြောင်း**ကို ငြင်းပယ်တဲ့ **အကိရိယဒိဋ္ဌိ။**

(ခ) သတ္တဝါတွေဟာ သေရင်ပြတ်ပြီ၊ အခြားဘဝဆိုတာမရှိ၊ ကောင်းမှု မကောင်းမှုတို့ရဲ့ကောင်းကျိုး,ဆိုးကျိုးဆိုတာမရှိဘူး–လို့ စွဲမြဲစွာ ယုံကြည်လက်ခံတဲ့ အယူအဆဖြစ်သော **အကျိုး**ကို ငြင်းပယ်တဲ့ **နတ္ထိကဒိဋ္ဌိ။**

(ဂ) ကောင်းကျိုး, ဆိုးကျိုးဖြစ်ဖို့ ကောင်းမှု, မကောင်းမှုကံ အကြောင်းတရားသည်မရှိ၊ လောကကြီးမှာ သတ္တဝါတွေ ဆင်းရဲဒုက္ခရောက်နေကြတာဖြစ်စေ၊ ချမ်းသာနေကြတာဖြစ်စေ၊ အကြောင်းမရှိဘဲ အလိုလိုဖြစ်နေကြတာလို့ စွဲမြဲစွာ ယုံကြည်လက်ခံတဲ့ အယူအဆဖြစ်သော **အကြောင်းအကျိုး** နှစ်ခုလုံးကို ငြင်းပယ်တဲ့ **အဟေတုကဒိဋ္ဌိ**–လို့ သုံးမျိုးရှိခြင်းပါ။

ထိုဒိဋ္ဌိကြီးသုံးမျိုးကို မစွန့်လွှတ်နိုင်အောင် စွဲမြဲစွာ ယုံကြည်လက်ခံထားရင် သေသည်နှင့်တပြိုင်နက် အပါယ်ငရဲသို့ ကျေန်ရောက်စေတတ်သောကြောင့် **နိယတမိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ**–လို့ ခေါ်ရခြင်းပါ။ ယင်းနိယတမိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ အယူအဆရှိရင် ဈာန် မဂ် ဖိုလ်တရား မရနိုင်သလို သုဂတိဘဝလည်း မရနိုင်ပါ။

ပုထုဇဉ်ပုဂ္ဂိုလ်မှန်ရင် **သက္ကာယဒိဋ္ဌိ** မကင်းပါ၊ ထိုသို့ မကင်းပေမယ့် သက္ကာယဒိဋ္ဌိကို ဉာဏ်ဖြင့် ပယ်ခွါထားနိုင်ခြင်း အခြားကုသိုလ်များဖြင့် ကာကွယ်တားဆီးနိုင်ခြင်းတို့ကြောင့် သက္ကာယဒိဋ္ဌိရှိသူသည် ဈာန် မဂ် ဖိုလ်ရနိုင်သလို သုဂတိဘဝသို့လည်း ရောက်နိုင်ခြင်းပါ။

အပြစ်ကြီးသော အကုသိုလ်ကံခြင်းတူပေမယ့် နိယတ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိသည် ပဥ္စာနန္တရိယကံ(၅)ပါးထက်ပင် အပြစ်ပိုကြီးပါတယ်၊ ပဥ္စာနန္တရိယကံ(၅)ပါးကို ကျူးလွန်သူသည် ထိုကံအားလျော်စွာ ငရဲ၌ခံစားရပြီး ထိုအပြစ်မှလွတ်သဖြင့် အပိုင်းအခြား အကန့်အသတ် ရှိနေခြင်းပါ။ နိယတမိစ္ဆာဒိဋ္ဌိအယူရှိသူကား ထိုအယူကိုမစွန့်လွှတ်သမျှ သံသရာဝဋ်မှ မလွတ်နိုင်သဖြင့် အပိုင်းအခြား အကန့်အသတ်မရှိပါ။

၃။ ဝိပါကန္တရာယ်

အဟိတ်ပဋိသန္ဓေ၊ ဒွိဟိတ်ပဋိသန္ဓေတို့သည် ဝိပါကန္တရာယ်ပါ။ ထိုအဟိတ်ပဋိသန္ဓေနေသော တိရစ္ဆာန်၊ ဒွိဟိတ်ပဋိသန္ဓေနေသော ဒွိဟိတ်ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ပဋိသန္ဓေဉာဏ် ကင်းသည့်အတွက်ကြောင့် ဈာန် မဂ် ဖိုလ်တရားတို့ကို မရနိုင်ပါ။ ကောင်းစွာကျင့်နိုင်ရင် သုဂတိဘဝကိုတော့ ရနိုင်ခြင်းပါ။

ပဏ္ဍုက်ဥဘတောဗျည်းတို့သည် ကိလေသာလွန်ကဲသည့်အတွက်ကြောင့် ဈာန် မဂ် ဖိုလ်တရား တို့ကို မရနိုင်ပါ။ သို့ပေမယ့် ကုသိုလ်ကံများကို ပြုလုပ်ရင် လူနတ်ဘဝများကိုတော့ ရနိုင်မှာပါ။

၄။ အရိယူပဝါဒန္တရာယ်

အရိယာပုဂ္ဂိုလ်များ အောက်ဆုံးအနေနဲ့ပြောရရင် လူသောတာပန်ပုဂ္ဂိုလ်များကို သိသည်ဖြစ်စေ မသိသည်ဖြစ်စေ ''ဒီပုဂ္ဂိုလ်များမှာ ရဟန်းတရား(သူတော်ကောင်းတရား)မရှိကြ။ ရဟန်း (သူတော်ကောင်း) မဟုတ်ကြဘူး''လို့ သီလပျက်အောင် စကားကုန်ကဲ့ရဲ့ပြစ်တင်ပြောဆိုခြင်း။ ''ဒီပုဂ္ဂိုလ်များမှာ ဈာန်တရား, မဂ်တရား, ဖိုလ်တရားဆိုတာ မရှိကြဘူး''လို့ ဂုဏ်ပျက်အောင် ကဲ့ရဲ့အပြစ်တင်ပြောဆိုခြင်း နှစ်မျိုးတို့အနက် တစ်မျိုးမျိုးနဲ့ ကဲ့ရဲ့ပြစ်တင်ပြောဆိုခြင်းသည် အရိယူပဝါဒန္တရာယ်ပါ။

ထိုသို့အရိယာပုဂ္ဂိုလ်များကို ကဲ့ရဲ့အပြစ်ပြောမိရင် ယင်းအရိယာပုဂ္ဂိုလ်က သိရင်ဘဲဖြစ်ဖြစ် မသိရင်ဘဲဖြစ်ဖြစ် ပဋ္ဌာနန္တရိယကံနှင့် အလားတူနေလို့ အပြစ်ကြီးလေးခြင်းပါ။ ထို့ကြောင့် အပြစ်ပြောမိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်မှာ ဈာန်

မဂ် ဖိုလ်လည်းမရနိုင်သလို သုဂတိဘ၀ကိုလည်း မရနိုင်ပါ။ သို့ပေမယ့် ပြုပြင်ကုစားရင် ရနိုင်တဲ့ ကံမျိုးပါ။

မိဘများ ရဟန်းသံဃာများအပေါ်မှာဖြစ်စေ၊ စေတီတော်များ, ဗောဓိပင်များမှာဖြစ်စေ စိတ်ဆိုးပြီးပြစ်မှားမိတဲ့အခါ (အမှားကို မှားမှန်း တကယ် သိလို့ဝန်ခံကာ နောင်မပြစ်မှားတော့ပါ–လို့ ဆုံးဖြတ်ချက်ချတဲ့စိတ်နဲ့ဝန်ချ) ရှိခိုးတောင်းပန်မယ်ဆိုရင် ဝန်ချရှိခိုး တောင်းပန်တာနဲ့တပြိုင်နက် အပြစ်က ငြိမ်းအေးတယ်လို့ (အင်္ဂုတ္တိုရ်) အဌကထာမှာ ပြဆိုထားခြင်းပါ။

(အံ၊ ၄၊ ၂၊ ၁၉၁)

တောင်းပန်ပါက ပြစ်ကင်းပ

အရိယာသူတော်ကောင်းကို အပြစ်ပြောမိလို့ တောင်းပန်သဖြင့် အပြစ်က အေးငြိမ်းပုံ အကြောင်းအရာလေးကို သာဓကနဲ့ပြောချင်ပါတယ်၊ သီဟိုဠ်ကျွန်းရွာတစ်ရွာ၌ အသက်အရွယ်ကြီးတော်မူသော မထေရ်ကြီးတစ်ပါးနှင့် ရဟန်းငယ်တစ်ပါးတို့ တစ်နေ့မှာ ရွာထဲကို ဆွမ်းခံအတူတူကြွကြခြင်းပါ။ ပထမဆုံးအိမ်ကပင် မထေရ်နှစ်ပါးလုံးကို ယာဂု(ဆန်ပြုတ်) ပူပူနွေးနွေး တစ်ခွက်စီ လောင်းလှူလိုက်တာပါ။

မထေရ်ကြီးမှာ လေနာရောဂါရှိသဖြင့် မခံသာအောင် နာကျင်ထိုး အောင့်နေလို့ လောင်းလှူလိုက်တဲ့ယာဂုကို ဆွမ်းစားဇရပ်အထိ ရောက်အောင် မသွားနိုင်တော့ပဲ တံခါးပေါက်နား၌ ထိုင်ရန်ပြုလုပ်ထားသော ထိုအိမ်ရှေ့ရှိ သစ်တုံးတစ်ခုအပေါ်၌ထိုင်ပြီး ဘုဉ်းပေးတော်မူခြင်းပါ၊ ယာဂုကို မအေးမီ ပူပူနွေးနွေးဘုဉ်းပေးရရင် ဆေးလည်းဖြစ်၊ အာဟာရလည်းဖြစ်ကာ လေနာသက်သာမယ်လို့ ယူဆတဲ့အတွက် ဘုဉ်းပေးတော်မူလိုက်ခြင်းပါ။

ရဟန်းငယ်သည် မထေရ်ကြီးရဲ့အပြုအမူကိုကြည့်ကာ သဘောမကျသဖြင့် ''ဒီဘုန်းကြီးအိုကြီးဟာ အရှက်ကိုမရှိဘူး၊ ဆာပဲဆာနိုင်လွန်းလှတယ်၊ ဒီအပြုအမူဟာ ငါတို့လိုရဟန်းငယ်တွေကို သက်သက်အရှက်ကွဲအောင်လုပ်နေတာနဲ့အတူတူပဲ''လို့ ကဲ့ရဲ့အပြစ်ပြောပြီး ထွက်သွားခြင်းပါ။

မထေရ်ကြီးသည် ဆွမ်းခံပြီးလို့ ကျောင်းပြန်ရောက်သောအခါ ထိုရဟန်းငယ်ရှိတဲ့နေရာသို့ သွားကာ ''မောင်ပဉ္စင်း ဒီဘုရားသာသနာတော်မှာ တရားထူးတရားမြတ်များ ရရှိပါပြီလား''လို့ မေးရာ ရဟန်းငယ်က

''မှန်ပါ အရှင်ဘုရား ဘုရားတပည့်တော် သောတာပန်ပါဘုရား''လို့ လျှောက်ထားတော့

''ဒီလိုဆိုရင် အထက်မဂ်,အထက်ဖိုလ်ကိုရဖို့ မောင်ပဉ္စင်းဆက်ပြီး အားမထုတ် ပါနဲ့တော့''လို့ မိန့်တော်မူလိုက်ခြင်းပါ။ ထိုအခါ ရဟန်းငယ်က

''အရှင်ဘုရား ဘာကြောင့်ပါလဲဘုရား''လို့ မေးရာ ''မောင်ပဉ္စင်း, မောင်ပဉ္စင်းဟာ ရဟန္တာကို အပြစ်ပြောမိလို့ပါဘဲ''လို့ မထေရ်ကြီးက အမိန့်ရှိလိုက်တော့မှ ရဟန်းငယ်ဟာ သူပြစ်မှားခဲ့မှုကို သတိရပြီး နောင်တရကာ မထေရ်ကြီးရှေ့မှာ ကျုံ့ကျုံ့ထိုင်လက်အုပ်ချီလျှက် ...

''အရှင်ဘုရား တပည့်တော်ကို သနားစောင့်ရှောက်သောအားဖြင့် သည်းခံခွင့်လွှတ်တော်မူပါ၊ တပည့်တော်သည် မသိမလိမ္မာလို့ အရှင်မြတ်အား–အပြစ်များကို ပြောဆိုမိခြင်းပါဘုရား။ ထိုအပြစ်တွေမှ သနားသည်းခံခွင့်လွှတ်ပေးတော်မူပါ အရှင်ဘုရား'' လို့ ရှိခိုးကန်တော့တောင်းပန်ပါမှ အရိယူပဝါဒကံကြီးဟာ ငြိမ်းအေးပပျောက်ကာ တရားအားထုတ်သဖြင့် အထက်မဂ်ဖိုလ်များ ရနိုင်ခြင်းပါ။ (ဝိ၊ ဌ၊ ၁၊ ၁၃၄)

ဖော်ပြပါဖြစ်ရပ်တွင် မထေရ်ကြီးသည် မိမိဂုဏ်ကို ထုတ်ဖော်ပြောဆိုရခြင်းမှာ ဂုဏ်ကိုသိပြီး လေးစားကြည်ညိုလာစေဖို့ မဟုတ်ပါ။ အရိယာပုဂ္ဂိုလ်ကို ကဲ့ရဲ့ပြောဆိုတဲ့ အပြစ်ရှိနေရင် အထက်စျာန်, မဂ်, ဖိုလ်တရားများကို မရနိုင်သဖြင့် ထိုအရိယူပဝါဒကံ ပြေငြိမ်းအောင် ပြုလုပ်စောင့်ရှောက်ပေးခြင်းသာ ဖြစ်ပါတယ်။

ပုထုဇဉ်ပုဂ္ဂိုလ်များဟာ အရိယာပုဂ္ဂိုလ်များကို မသိနိုင်သလို အောက်အရိယာပုဂ္ဂိုလ်မှာလည်း အထက်အရိယာပုဂ္ဂိုလ်များကို မသိနိုင်သဖြင့် သောတာပန်အရိယာသည်ပင် အပြစ်တင်လိုစိတ် အလွယ်တကူဖြစ်နိုင်သေးရင် သာမန်ပုထုဇဉ်ပုဂ္ဂိုလ်များဆိုတာတော့ ပိုပြီးဖြစ်ဖို့ အခွင့်အလမ်းများပြီပေါ့။

သက်ကြီးရွယ်အိုများရဲ့ အားနည်းချက်တွေကို တွေ့မြင်လာတဲ့အခါ လူငယ်လူရွယ်များအနေဖြင့် အပြစ်တင်မစောကြပဲ အဖြစ်ကိုမြင်အောင် ကြည့်တတ်ဖို့ လိုမှာပါ။ အဖြစ်ဆိုတာ အသက်အရွယ်ကြီးလာရင် ဖြစ်တတ်တဲ့ သဘောတွေကို သိနားလည်အောင် ကြိုးစားပြီး လေ့လာကြည့်ရင် ကိုယ့်မှာ အပြစ်မဖြစ်နိုင်ပါ။ ကိုယ်ကအသက်ကြီးသူများရဲ့ ဖြစ်တတ်တဲ့ အားနည်းချက် သဘာဝတွေကိုသိပြီး အကူအညီပေးနိုင်ရင်လည်း ကုသိုလ်တွေတိုးပွားလို့ ဘဝမှာ တိုးတက်အောင်မြင်နိုင်မှာပါ။

တောင်းပန်နည်းများ

(က) အပြစ်ပြောခံရသောပုဂ္ဂိုလ်သည် အသက်ထင်ရှားရှိနေရင် ထိုပုဂ္ဂိုလ်ရှိရာအရပ်သို့ သွားရောက်ကာ ကိုယ်က အသက်သိက္ခာ ဝါကြီးသော်လည်း သေချာထိုင်ပြီး ''တပည့်တော်သည် အရှင်ဘုရားကို အပြစ်ပြောမိပါတယ်၊ တပည့်တော်ကို ထိုအပြစ်က သည်းခံခွင့်လွှတ် ပေးပါ'' လို့ တောင်းပန်ရမှာပါ။ မိမိက အငယ်ဖြစ်နေရင် ထိခြင်းငါးပါးနဲ့ ရှိခိုးတောင်းပန်ရမှာပါ။

(ခ) တကယ်လို့ ထိုပုဂ္ဂိုလ်သည် အခြားအရပ်ဒေသတစ်ခုခုသို့ ကြွသွားရင် ကိုယ်တိုင်လိုက်သွားပြီး တောင်းပန်ရမှာပါ၊ ဒါမှမဟုတ် တပည့် တစ်ဦးဦးကို(စာရေး)စေလွှတ်ပြီး ကန်တော့တောင်းပန်စေရခြင်းပါ။

ထိုသို့မဖြစ်နိုင်ရင် ထိုပုဂ္ဂိုလ်အမြဲတမ်းနေတဲ့နေရာ၊ ဌာနမှာရှိတဲ့ အခြားရဟန်းတော်များထံသို့ သွားပြီး ကိုယ့်အောက်ငယ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဖြစ်နေရင် လေးစားစွာထိုင်လျှက် ကိုယ့်ထက်ကြီးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်နေရင် ရိုသေစွာထိုင်လျှက် ရှိခိုးကန်တော့ကာ ''တပည့်တော်သည် (ခရီးသွားနေတဲ့) ဒီအမည်ရှိတဲ့ အရှင်ဘုရားကို အပြစ်တွေ ပြောမိပါတယ်ဘုရား၊ ထိုအရှင်ဘုရားသည် တပည့်တော်ကို သည်းခံခွင့်လွှတ်ပေးစေဖို့ တောင်းပန်ပါတယ်အရှင်ဘုရား''လို့ လျှောက်ထားရမှာပါ။

(ဂ) တကယ်လို့ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ဟာ တစ်ပါးတည်းကျင့်သဖြင့် နေရာ အတည်တကျမရှိဘဲ အရပ်ဒေသအသီးအသီးသို့ သွားလာလှည့်လည်နေရင် ပညာရှိရဟန်းတစ်ပါးထံသို့သွားကာ ''တပည့်တော်ဟာ ဒီအမည်ရှိတဲ့

အရှင်ဘုရားကို အပြစ်တွေပြောမိလို့ သတိရတွေးမိတိုင်း စိတ်မချမ်းသာ ဖြစ်ရပါတယ်ဘုရား၊ အဲဒါ ဘယ်လိုလုပ်ရင် ကောင်းမလဲဘုရား''လို့ ပြောရမှာပါ။

ထိုပညာရှိရဟန်းက ''အရှင်ဘုရား အဲဒီလို စိတ်မချမ်းသာတဲ့အတွေးတွေ မတွေးပါနဲ့၊ အရှင်ဘုရား ပြစ်မှားတဲ့မထေရ်ဟာ အရှင်ဘုရားကို သည်းခံခွင့်လွှတ်မှာပါ၊ ကိုယ့်စိတ်ကို ငြိမ်းအေးအောင်သာနေပါ''လို့ ပြောပေးရမှာပါ။ ထိုအရှင်မြတ်ရှိနိုင်သော နေရာအရပ်ကို မှန်းဆပြီးလည်း လက်အုပ်ချီကာ ကန်တော့တောင်းပန်ရမှာပါ။

(ဃ) တကယ်လို့ ထိုပုဂ္ဂိုလ်က ကွယ်လွန်သွားရင် အလောင်းတော်ရှိရာအရပ်သို့သွားပြီး၊ မီးသင်္ဂြိုဟ်ပြီးရင် မီးသင်္ဂြိုဟ်ရာနေရာဌာနသို့ သွားပြီး သည်းခံခွင့်လွှတ်ဖို့ ရှိခိုးတောင်းပန်ရမှာပါ။ ထိုသို့ တောင်းပန်ပါရင် အပြစ်က ငြိမ်းအေးလို့ တရားထူးတရားမြတ် ရနိုင်သလို သုဂတိဘဝလည်း ရနိုင်တာပါ။

(ဝိသုဒ္ဓိမဂ် ၁၄ ၊ ၂ ၊ ၅၆)



သူတော်ကောင်းပြစ်မှား အဝိစိသွား

အရိယာပုဂ္ဂိုလ်များကို စွပ်စွဲအပြစ်ပြောမိလို့ မတောင်းပန်ခဲ့ရင် အလွန် အပြစ်ကြီးပြီး အဝီစိငရဲ ရောက်ကြောင်းကို ဗုဒ္ဓမိန့်ကြားခဲ့တာ ရှိနေခြင်းပါ။ ထိုအကြောင်းအရာကို ဗုဒ္ဓ သာဝတ္ထိမြို့တော် ဇေတဝန်ကျောင်း၌ သီတင်းသုံး နေတော်မူစဉ်အချိန်က ဖြစ်ခဲ့တာပါ။

ထိုအချိန်က ကောကာလိကရဟန်းဆိုတာ ရှိခဲ့ခြင်းပါ၊ ကောကာလိက မှာ နှစ်ပါးရှိနေလို့ ဒေဝဒတ်ရဲ့တပည့် ပုဏ္ဏားရဲ့သားကို မဟာကောကာလိက လို့ခေါ်ပြီး ယခုသုတ်မှာပါတဲ့ ကောကာလိကကိုတော့ ကောကာလိကတိုင်း ကောကာလိကမြို့ ကောကာလိကသူဌေးရဲ့သားဖြစ်ပြီး သူ့ဖခင် ဆောက်လုပ် ထားတဲ့ကျောင်း၌နေသဖြင့် စူဠကောကာလိကလို့ ခေါ်ရခြင်းပါ။

စူဠကောကာလိကနေတဲ့ကျောင်းသို့ အဂ္ဂသာဝက နှစ်ပါးဖြစ်တဲ့ အရှင်သာရိပုတ္တရာနဲ့ အရှင်မောဂ္ဂလာန်တို့ဟာ တပည့်ရဟန်းငါးရာတို့နဲ့အတူ ဓမ္မဒေသစာရီလှည့်လည်ရင်း အာဂန္တုကအဖြစ်နဲ့ရောက်လာကြပြီး ''ငါ့ရှင် ငါတို့ဒီမှာဝါဆိုကြမှာ (ဒါပေမယ့် တို့ဝါဆိုနေတာကို) ဘယ်ဒကာ ဒကာမတို့ကိုမှ အသိမပေးရဘူး'' လို့ ကောကာလိကထံမှ ဝန်ခံချက်ကိုယူ၍ ဝါဆိုကြခြင်းပါ။

ဝါကျွတ်တော့ ပဝါရဏာပြုကြပြီး ပြန်တော့မယ့်အကြောင်းကို အဂ္ဂသာဝကနှစ်ပါးတို့က ပြောကြတဲ့အခါ ကောကာလိက က ''အရှင်ဘုရားတို့ ဒီနေ့တစ်ရက်လောက်တော့ နေပါဦး၊ မနက်ဖန်မှ ပြန်ကြပါဘုရား''လို့ ပြောပြီး မြို့ထဲသွားကာ လူတွေကို ''ဒကာ ဒကာမတို့ သင်တို့ဟာ အဂ္ဂသာဝကနှစ်ပါးတို့ ဒီကျောင်းမှာလာပြီး ဝါဆိုနေကြပေမယ့် မသိကြဘူး၊ တစ်ယောက်မှတောင် အဂ္ဂသာဝကနှစ်ပါးတို့ကို ပစ္စည်းလေးပါးနဲ့ ဖိတ်တာမတွေ့ရဘူး''လို့ ပြောဆိုပြီး လှူကြဖို့ စည်းရုံးဆော်ဩလိုက်မှ ဒကာဒကာမတွေအားလုံး သိသွားကြလို့ သက်န်းစတဲ့ လှူဖွယ်ပစ္စည်းတွေကို ယူဆောင်လာခြင်းပါ။

ကောကာလိကသည် ''အလိုနည်းတဲ့ အဂ္ဂသာဝကနှစ်ပါးတို့ဟာ ငါရဲ့လှုံ့လပယောဂစကားကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ လာဘ်လာဘကို သာယာ လက်ခံကြမှာ မဟုတ်ဘူး၊ အဲဒီလို မသာယာကြရင် ကျောင်းဘုန်းကြီးကို ပေးလှူလိုက်ကြလို့ ပြောကြလိမ့်မယ်''လို့ ကြံစည်စိတ်ကူးနဲ့ ပစ္စည်းလှူလိုတဲ့ အလှူရှင်များကို ခေါ်ဆောင်လာပြီး အဂ္ဂသာဝက မထေရ်မြတ် များထံသို့ သွားရောက်ခါ လှူစေခြင်းပါ။

အဂ္ဂသာဝကမထေရ်မြတ်တို့သည် ပစ္စည်းတွေနဲ့ ဒကာ ဒကာမတွေကိုမြင်တွေ့ရပြီး အကြောင်းစုံကို သိရတဲ့အခါ ''ဒီပစ္စည်းတွေဟာ (လှုံ့လ

ပယောဂ စကားကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာလို့ ဝိနည်းတော်အရ) ငါတို့အတွက်လည်း မအပ်စပ်သလို ကောကာလိကအတွက်လဲ မအပ်စပ်ဘူး''လို့ ပယ်ပြီး ပြန်သွားကြတော့ ကောကာလိကဟာ သူ့အကြံအတိုင်း ဖြစ်မလာလို့ အဂ္ဂသာဝက မထေရ်မြတ်တို့အပေါ်မှာ စိတ်ဆိုးဒေါသထွက်ကာ ရန်ငြိုးထားလိုက်ခြင်းပါ။

ထိုကောကာလိကမြို့သို့ အဂ္ဂသာဝကနှစ်ပါးတို့နဲ့ တပည့်ရဟန်းငါးရာတို့သည် ဇမ္ဗုဒေသစာရီ လှည့်လည်ရင်း နောက်တစ်ကြိမ် ပြန်ရောက်လာကြခြင်းပါ။ ယင်းမြို့သူမြို့သားတွေက အဂ္ဂသာဝကနှစ်ပါးတို့ကို ကောင်းစွာမှတ်မိသဖြင့် သင်္ကန်းပရိက္ခရာအစုံနဲ့ ဆွမ်းလှူကြဖို့စီစဉ်ပြီး မြို့လယ်၌ မဏ္ဍပ်ကြီးဆောက်လုပ်ကာ အဂ္ဂသာဝကအရှင်မြတ်တို့ကို ပင့်ဖိတ်၍ ဆွမ်းကပ်လှူကြပြီး သင်္ကန်းပရိက္ခရာအစုံတို့ကို လှူကြရာ အဂ္ဂသာဝက အရှင်မြတ်တို့သည် အလှူခံတော်မူကြပြီး ရဟန်းသံဃာများအား ခွဲဝေပေးလိုက်ကြတာပါ။

ဒီလိုအလှူခံမှုကို မြင်ရတော့ ကောကာလိကဟာ နဂို အငြိုးအတေးခါတ်ခံနဲ့ဆိုတော့ ပို၍ဒေါသထွက်ကာ အဂ္ဂသာဝကတို့ထံသို့ သွားပြီး ''အရှင်ဘုရားတို့၊ အရှင်ဘုရားတို့ဟာ အလိုနည်းကြသလိုလိုနဲ့ အခုတော့ အလွန်အလိုဆိုးရှိတဲ့ ရဟန်းတွေ ဖြစ်နေကြပါလား''လို့ အပြစ်ပြောကာ ထိုပုဂ္ဂိုလ်တွေကို သာသနာ့ဘောင်က လွင့်ထွက်ပျက်စီးအောင် လုပ်ရမယ်လို့ ရည်ရွယ်ချက်ထားကာ အလွန်တက်ကြွတဲ့မာန်မာနနဲ့ ဗုဒ္ဓထံသို့ ရောက်လာပြီး ''အရှင်သာရိပုတ္တရာနဲ့ အရှင်မောဂ္ဂလာန်တို့ဟာ အလွန်အလိုဆိုး ရှိကြသူများဖြစ်ကြပါတယ် အရှင်ဘုရား'' လို့ လျှောက်ထားရာ ဗုဒ္ဓက ''ကောကာလိကဒီလိုမပြောရဘူး၊ သာရိပုတ္တရာနဲ့ မောဂ္ဂလာန် တို့ဟာ သီလကို ချစ်မြတ်နိုးကြသူ

တွေဖြစ်ကြတယ်၊ ချစ်သားသည် သူတို့နှစ်ပါးအပေါ်မှာ စိတ်ကြည်လင်စွာ ထားပါ'' လို့ သုံးကြိမ်တိတိ တားမြစ် ဆုံးမတော်မူပါတယ်။

ကောကာလိကဟာ လုံးဝလက်မခံဘဲ ဗုဒ္ဓထံမှ ထွက်လာခဲ့ရာ မကြာမီမှာပင် ကောကာလိကရဲ့ တစ်ကိုယ်လုံးမှာ အနာဆိုးကြီးတွေ ပေါက်လာပြီး ပေါက်ကွဲလို့ ပြည်, သွေးတွေယိုစီးကျကာ အိပ်ယာထဲ၌ ပြင်းထန်စွာ ခံစားနေရခြင်းပါ။ ထိုအခါ အရင်ဘဝကကောကာလိကရဲ့ ဆရာ ရဟန်းဖြစ်ခဲ့ဖူးတဲ့ တုရူပြဟ္မာသည် ရောက်လာပြီး ကောင်းကင်၌ရပ်ကာ

''ကောကာလိက သင်ဟာ အရှင်သာရိပုတ္တရာနဲ့ အရှင်မောဂ္ဂလာန် တို့အပေါ် မှာ စိတ်ကြည်ကြည်လင်လင်ထားပါ၊ ထိုအရှင်မြတ်နှစ်ပါးတို့ဟာ သီလကို ချစ်မြတ်နိုးကြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဖြစ်တယ်''

''သင် ဘယ်သူလဲ'' ''ငါဟာ တုရူ ခေါ်တဲ့ သီးခြား ပြဟ္မာပါ''

''သင့်ကို ဗုဒ္ဓက အနာဂါမ်ပုဂ္ဂိုလ်လို့ မိန့်ကြားခဲ့တယ် မဟုတ်လား (အနာဂါမ်ဖြစ်တယ်ဆိုရင်) ဘာကြောင့် ဒီလူ့ပြည်ကို ရောက်လာရသလဲ၊ သင်ဟာ (သူများအပြစ်ကို မကြည့်ဘဲ) ကိုယ့်အပြစ်ကို ကိုယ်မြင်အောင် ကြည့်ပါ'' လို့ ကောကာလိက ပြန်ပြောလိုက်ခြင်းပါ။ ကောကာလိကရဲ့ အယူအဆကို မရှင်းပြမီ အနာဂါမ်ပုဂ္ဂိုလ်အကြောင်းကို အရင်ပြောရအောင်ပါ။

အနာဂါမ်ပုဂ္ဂိုလ်သည် ကာမဘုံသို့ ပြန်မလာခြင်းမှာ ပဋိသန္ဓေနေတဲ့ အနေနဲ့ ပြန်မလာတာပါ။ ပဝတ္တိအခါ ဗြာဟ္မဖြစ်ပြီးနောက်မှာ ကာမဘုံကို လာလိုရင် အချိန်မရွေးလာလို့ရခြင်းပါ။ ကောကာလိက အယူအဆမှာ အနာဂါမ်ဖြစ်ရင် ကာမဘုံကို လုံးဝလာလို့မရနိုင်ဘူးလို့ထင်ပြီး အနာဂါမ်ဖြစ်တယ်

လည်းပြောသေး ကာမဘုံကို ပြန်လာသေးတယ် ဆိုတော့ အနာဂါမ်မဟုတ်ဘူး ပေါ့–လို့ အပြစ်ရှာပြောတာပါ။

သတ္တဝါတွေဟာ ပျက်စီးချိန်ကျလို့ အကုသိုလ်ကံတွေ ဝင်ရောက် နှိပ်စက်လာပြီဆိုရင် ကောင်းတာကို မကောင်း၊ မကောင်းတာကိုကျတော့ အကောင်းထင်တတ်သလို ကောကာလိကဟာ ဆရာဖြစ်ခဲ့ဖူးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ စကားကို နားမထောင်တဲ့အပြင် ထိုဆရာဖြစ်ခဲ့ဖူးသူရဲ့အပြစ်ကိုတောင် ပြန်ရှာပြီး ပြောလိုက်ခြင်းပါပဲ။

ထိုအခါ တုရူဗြဟ္မာသည် ကောကာလိကကို ဂါထာလေးပုဒ်တို့ဖြင့် ပြောဆိုဆုံးမကာ ပြန်သွားပြီးနောက် ကောကာလိကသည် ကွယ်လွန်ရာ အရှင်သာရိပုတ္တရာ အရှင်မောဂ္ဂလာန်တို့အပေါ် စိတ်ဖြင့်ပြစ်မှားမှုကြောင့် အဝီစိငရဲရဲ့အစိတ်အပိုင်းဖြစ်သော ပဒုမငရဲသို့ ရောက်သွားရခြင်းပါ။

ကောကာလိကအကြောင်းကို သဟမ္ပတိဗြဟ္မာသည် ဗုဒ္ဓကို လျှောက်ထားပါတယ်၊ ဗုဒ္ဓကလည်း ထိုအကြောင်းစုံကို ရဟန်းတို့အား ပြန်ပြီး မိန့်ကြားတော်မူကာ ရဟန်းများ သိလိုသမျှကို ဖြေကြားပြီးနောက် ...

မကောင်းသောစကားကိုပြောဆိုသော လူမိုက်သည် မိမိ၏ပါးစပ်မှ ဖြစ်သည့် ကြမ်းကြုတ်သော စကားတည်းဟူသော ဓားမဖြင့် မိမိကိုယ်ကို ဖြတ်၏။

ကဲ့ရဲ့သင့်သူကို ချီးမွမ်းပြီး ချီးမွမ်းသင့်သူကို ကဲ့ရဲ့သူသည် ပါးစပ်ဖြင့် အပြစ်ကို ဆည်းပူးစုဆောင်းသူမည်၏။ ထိုအပြစ်များကြောင့် ထိုသူသည် ချမ်းသာသုခကို မရဘဲရှိလေသည်။

ကြွေအန် လောင်းကစားဝိုင်း၌ မိမိကိုယ်နှင့်တကွ ပစ္စည်းဥစ္စာအားလုံး ဆုံးရှုံးရခြင်းသည် အနည်းငယ်သော အပြစ်မျှသာဖြစ်၏၊ ဖြောင့်မှန်စွာကျင့်သောပုဂ္ဂိုလ်တို့၌ ပြစ်မှားခြင်းသည်သာ ပို၍ကြီးလေးသော အပြစ်ဖြစ်၏။

ယုတ်ညံ့သောစကားကိုပြောဆို၍ ယုတ်ညံ့သော စိတ်ထားဖြင့် အရိယာတို့ကို ကဲ့ရဲ့သောလူမိုက်သည် နိရဗ္ဗုဒအပေါင်း သုံးသန်းခြောက်သိန်းနှင့် ငါးအဗ္ဗုဒတို့ပတ်လုံး ငရဲ၌ ခံရ၏–လို့ မိန့်တော်မူပါတယ်။

(အံ၊ ၃၊ ၃၉၃။ အံ၊ ၄၊ ၃၊ ၃၂၆)

လွယ်လွယ်နဲ့အပြစ်ရှာ အပြစ်ပြောတတ်သူများ သတိထားစရာပါ၊ အဲဒီလို အလွယ်တကူ ကိုယ့်အထင် ကိုယ့်အမြင်နဲ့ ဖြတ်ခနဲ အရိယာသူတော်ကောင်းများကို အပြစ်ပြောမိရင် စကားဆိုတဲ့ လျှာဓားမနဲ့ ကိုယ့်ဘဝကို သတ်ဖြတ်လိုက်ပြီး အပါယ်ငရဲကို ပစ်ချလိုက်ခြင်းပါ။

ပုထုဇဉ်သဘာဝက ကိုယ်နဲ့အဆင်ပြေရင် အပြစ်ရှိပေမယ့် အပြစ်မမြင်ဘဲ ချစ်ခင်ချီးမွမ်းနေတတ်သလို ကိုယ်နဲ့အဆင်မချောရင်တော့ မည်မျှပင် အပြစ်ကင်းနေပါစေ ချစ်ခင်စိတ်မရှိဘဲ မုန်းစိတ်ဝင်ကာ အပြစ်ရှာ အပြစ်ပြောနေတတ်ခြင်းပါ။

အဲဒီလိုပြောဆိုတတ်တဲ့ အကျင့်ရှိသူများဟာ ပြောပါများတော့ ပါးစပ်နဲ့ အပြစ်တွေကို ရှာဖွေစုဆောင်းနေခြင်းနဲ့ တူတာပါ။ အပြစ်များစွာဖြစ်လာတဲ့အခါ မကောင်းတဲ့အတွေးတွေ အမြဲဝင်ရောက်လွှမ်းမိုးနေလို့ ထိုသူများမှာ စိတ်ချမ်းသာ ကိုယ်ကျန်းမာတဲ့ဘဝမျိုး မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။ ရထားတဲ့ လူ့ဘဝလေး

အဆုံးသတ်သွားရင် တစ်လမ်းတည်း တစ်ကြောင်းတည်းဖြစ်တဲ့ အပါယ်ငရဲလမ်းကတော့ သေချာနေခြင်းပါ။

လောင်းကစားလုပ်သူများသည် လောင်းကစားလုပ်လို့ ငွေကြေးပစ္စည်း ဥစ္စာဆုံးရှုံးရရင် ဒီဘဝလောက်သာ သူတို့မှာ နစ်နာဆုံးရှုံးစရာဖြစ်နိုင်တာပါ။ တကယ့်နည်းမှန် လမ်းမှန်နဲ့ ကျင့်နေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်များကို အလွယ်တကူ အပြစ်ရှာ အပြစ်ပြောမိရင်တော့ သံသရာတစ်ခွင် ဘဝများစွာကိုယ့်မှာ နစ်နာဆုံးရှုံးရခြင်းကြောင့် ပိုပြီးအပြစ်ရတတ်လို့ စကားပြောတဲ့အခါ သတိထား ပြောတတ်ဖို့ လိုအပ်မှာပါ။

အတုကို အစစ်ပြုလုပ်ခဲ့လျှင်

အရိယာပုဂ္ဂိုလ်ကို အပြစ်ပြောမိရင် အပြစ်များကြောင်းကို လူအများ စုမှာ သိနိုင်ပေမယ်လို့ အရိယာပုဂ္ဂိုလ်မဟုတ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကို အရိယာအဖြစ် ဂုဏ်တင်ပြောဆိုခြင်းသည် အရိယာပုဂ္ဂိုလ်ကို အပြစ်ပြောသလိုပင် အပြစ်ကြီးမှု ကိုတော့ သိနားလည်သူ နည်းပါးပါလိမ့်မယ်လို့ ထင်ပါတယ်။

ကိုယ်တိုင်ဆုံးဖြတ်ချက်ချနိုင်လောက်အောင် အသိဉာဏ်မရှိဘဲ အဖန်ဖန်အထပ်ထပ် လေ့လာစိစစ်မှု မပြုလုပ်ဘဲ

ကဲ့ရဲ့အပြစ်ပြောထိုက်သူကို ချီးမွမ်းခြင်း၊

ချီးမွမ်းထိုက်သူကို ကဲ့ရဲ့အပြစ်ပြောခြင်း၊

မယုံကြည်သင့်သော အရာ၌ ယုံကြည်စေခြင်း (အကျင့်မှား လမ်းမှား တရားမှားကို ကျင့်စေခြင်း၊ ကျင့်ချင်အောင် စည်းရုံး သွေးဆောင်ခြင်း)။

ယုံကြည်သင့်သော အရာ၌ မယုံကြည်စေခြင်း (အကျင့်မှန် လမ်းမှန် တရားမှန်ကို ပိတ်ပင်တားဆီးခြင်း)။

ထိုလေးမျိုးကို ပြုလုပ်သူသည် ပစ်ချလိုက်သလို ငရဲသို့ ကျရောက်တယ်လို့ ဗုဒ္ဓက မိန့်တော်မူထားခြင်းပါ။ **(အံ၊ ၁၊ ၃၉၆၊ အဝဏ္ဏာရဟသုတ်)**

ချီးမွမ်းပြောစရာမဟုတ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကို ချီးမွမ်းဂုဏ်တင်ပြောဆိုခြင်းနှင့် ချီးမွမ်းဂုဏ်တင် ပြောဆိုထိုက်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကို အပြစ်ပြောဆိုခြင်းတို့သည် အပြစ်တူကြ၏။ **(အံ၊ ၄၊ ၃၊ ၃၂၆၊ ကောကာလိကသုတ်အဖွင့်)**

ထင်ရှားမရှိတဲ့ဂုဏ်ကို ချီးမွမ်းပြောဆိုခြင်းဖြင့် မိမိသူတစ်ပါးအယူအကျင့် မှားယွင်းခြင်းအကြောင်းဖြစ်ခြင်းကြောင့်၎င်း၊ မချီးမွမ်းသင့်သူကို ချီးမွမ်းပြောဆိုခြင်းဖြင့် ထိုပုဂ္ဂိုလ်အား ဂုဏ်ရှိပုဂ္ဂိုလ်နှင့် တူသည်၏အဖြစ်ကို ပြုခြင်းကြောင့်၎င်း အပြစ်သည်တူ၏။ ဥပမာအားဖြင့် လောက၌ အစွမ်းသတ္တိမရှိသူကို အစွမ်းသတ္တိရှိသူနှင့်အတူ ချီးမွမ်းပြောဆိုနေလျှင် အများက အပြစ်တင်ဝေဖန်စရာဖြစ်လာသလို တကယ်မကျင့်သူ မကောင်းတဲ့အကျင့်ရှိသူကို တကယ်ကျင့်သူ ကောင်းတဲ့အကျင့်ရှိသူနှင့်အတူ ပြုလုပ်ပြောဆိုနေလျှင် အများက ပိုပြီးအပြစ်တင်ဝေဖန်စရာ ဖြစ်လာကြ၏။

(အံ၊ ဋီ၊ ၃၊ ၃၄၈)

လူသားတွေမှာ စရိုက်ဝါသနာအမျိုးမျိုးရှိနေကြတော့ ဆရာအမျိုးမျိုး၊ တရားကျင့်နည်းအမျိုးမျိုး၊ ရိပ်သာအမျိုးမျိုး ကွဲပြားလာကြတာ သဘာဝကျပါတယ်။ သို့ပေမယ့်လည်း ကိုယ်ကျင့်နေတဲ့နည်းသာ အမှန်ဖြစ်ပြီး ကိုယ့်ဆရာကိုယ့်ရိပ်သာ ကြီးပွားတိုးတက်ဖို့ ရည်ရွယ်ချက်၊ အခြားနည်း အခြားရိပ်သာများကို နှိမ့်ချပြီး ကိုယ့်ကျင့်တဲ့နည်း ရိပ်သာကို မြှင့်တင့်ဖို့ ရည်ရွယ်ချက်တွေနဲ့ အရိယာရဟန္တာမဟုတ်တဲ့ ကိုယ့်ဆရာကို အရိယာအဖြစ် ရဟန္တာအဖြစ် ဂုဏ်တင်ပြောဆိုရေးသားသတင်းဖြန့်မှု၊ ကိုယ့်ဆရာပျံလွန်

တော်မူသောအခါ လုပ်ဇာတ်ခင်းပြီး ရဟန္တာအဖြစ် ပြောဆိုရေးသား သတင်းဖြန့်မှုတို့ဟာ အရိယာပုဂ္ဂိုလ်ကို အပြစ်ပြောခြင်းနဲ့ အတူတူဖြစ်တယ်လို့ ဖော်ပြပါကျမ်းများက ဆိုလိုခြင်းပါ။

ကိုယ်တိုင်အရိယာ၊ ရဟန္တာမဖြစ်သေးရင် ဒီပုဂ္ဂိုလ်ဟာ အရိယာ၊ ဒီပုဂ္ဂိုလ်ကတော့ ရဟန္တာလို့ ဆုံးဖြတ်ချက်ချနိုင်တဲ့ ဉာဏ်မရှိနိုင်ပါဘူး၊ အကြောင်းက ဓမ္မနယ်မှာ အောက်ကပုဂ္ဂိုလ်က အထက်ကပုဂ္ဂိုလ်ကို မသိနိုင်လို့ပါ၊ ဒါကြောင့် ကိုယ့်ဉာဏ်နဲ့မမီတဲ့အရာတွေကို ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်နဲ့ စိစစ်နိုင်စွမ်းမရှိပဲ ပြုလုပ်ပြောဆိုနေရင် ကိုယ်ပဲနစ်နာဆုံးရှုံးနိုင်ခြင်းမို့ ထိုအပြုအမူမျိုးကို သတိနဲ့ရှောင်ကြဉ်ပြီး ဗုဒ္ဓအဆုံးအမအတိုင်း ကျမ်းအထောက်အထားပြပြီး သေချာဟောပြောသင်ပြပေးတဲ့ တရားကျင့်စဉ်ကို ကြိုးစားကာ လိုက်နာကျင့်သုံးနေရင် ကိုယ့်အတွက် အကျိုးများမှာပါ။



အရိယာပုဂ္ဂိုလ်ပြစ်မှား ဆိုးကျိုးများ

အရိယာပုဂ္ဂိုလ်များကို အပြစ်ပြောမိသူသည် နောင်တမလွန်သံသရာမှာ ဘေးဆိုး အမျိုးအမျိုးနဲ့ ကြုံရသလို လက်ရှိဘဝ၌လည်း အပြစ်များစွာ ရရှိကြောင်းကို ဗုဒ္ဓဟော ကြားထားခြင်းပါ။ ထိုအပြစ်တွေကတော့ ． ． ．

(၁) ဘယ်လောက်ပင် တရားကို ကြိုးစားအားထုတ်ပေမယ့် မရသေးတဲ့ တရားထူးကို မရခြင်း၊

(၂) အပြစ်မပြောမီက ရထားတဲ့ဝိပဿနာဉာဏ်များ ဈာန် သမာဓိများ ဆုတ်ယုတ်ပျက်စီး သွားခြင်း၊

(၃) သီလ သမာဓိ ပညာ သိက္ခာသုံးပါးကို ဖြူစင်အောင် စင်ကြယ်အောင် မကျင့်စွမ်းနိုင်ခြင်း၊

(၄) သူတော်ကောင်းတရားများကို မရသေးဘဲ ရတယ်လို့ အထင်ရှိနေတတ်ခြင်း၊

(၅) သူတော်ကောင်းအကျင့်များ၌ မပျော်တော့ခြင်း၊

(၆) ရဟန်းများမှာ အပြစ်ကြီးတဲ့ ဂရုကအာပတ်များ သင့်တတ်ခြင်း၊ လူများမှာတော့ အပြစ်ကြီးတဲ့ ဉပဒေများကို ကျူးလွန်မိတတ်ခြင်း၊

(၇) ရဟန်းများဆိုရင် လူထွက်ရတတ်ခြင်း၊ လူများဆိုရင် ဘဝမှာ နေရမှု,ထိုင်ရမှု မပျော်တော့ခြင်း၊

(၈) ကုသမရတဲ့ ရောဂါဆိုးအမျိုးမျိုးဖြစ်ပေါ်လာခြင်း၊

(၉) ရူးတတ်ခြင်း၊

(၁၀) တွေတွေဝေဝေနဲ့သေရခြင်း၊

(၁၁) သေပြီးနောက် အပါယ်ငရဲသို့ ကျရောက်ခြင်း တို့ဖြစ်ပါတယ်။

(အံ၊ ၃၊ ၃၉၃။ အက္ကောသကသုတ်။ ၅၂၁။ ဗျသနသုတ်)

အရိယာပုဂ္ဂိုလ်ကို အပြစ်ပြောမိတဲ့အခါ ပြုပြင်ကုစားလို့ ရနိုင်တာမို့ ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာရှေ့၌ဖြစ်စေ၊ လေးစားစရာပုဂ္ဂိုလ်ရှေ့၌ဖြစ်စေ၊ ရဟန်းသံဃာရှေ့၌ဖြစ်စေ၊ ဗုဒ္ဓရုပ်ပွားတော်ရှေ့၌ဖြစ်စေ စိတ်ထဲမှာ လေးလေးနက်နက်ထားပြီး ဝန်ချရှိခိုး ကန်တော့တောင်းပန်ရင် အပြစ်ဟာ ပြေပျောက်သွားခြင်းပါ။ ဒါကြောင့် တောင်းပန်ပုံကို အရဆောင်ထားပြီး တောင်းပန်မှုပြုလုပ်ရမှာပါ။

တောင်းပန်ပုံ

အရှင်ဘုရား ဘုရားတပည့်တော်သည် ဘဝသံသရာ ဆက်ဆက်မှစ၍ ယနေ့အချိန်အထိ ဘုရား, တရား, သံဃာ, ရတနာသုံးပါး၊ မိဘ, ဆရာသမား ပညာရှိ အရိယာသူတော်ကောင်းများကို ကာယကံ ဝစီကံ မနောကံတို့ဖြင့် ပြစ်မှားကျူးလွန်မိခဲ့လျှင် ခွင့်လွှတ်ပါရန် တောင်းပန်အပ်ပါသည် အရှင်ဘုရား၊ (၃-ကြိမ်)

တောင်းပန်ပုံနဲ့ပတ်သက်လို့ မောင်းထောင်မြေဖင်းတောရ ဆရာတော်ကြီးထံမှာ စာရေးသူ ကျင့်နည်းသင်ယူစဉ်အခါက အတွေ့အကြုံလေးတစ်ခုကို ပြောပါအုံးမယ်။ တစ်နေ့ တရားစစ်ဆေးတဲ့အချိန်တွင် စာရေးသူက ဆရာတော်ကြီးကို ''ဆရာတော်ဘုရား တပည့်တော်စိတ်ထဲမှာ တရားအားထုတ်ရတာ အဆင်မပြေပါအရှင်ဘုရား''လို့ လျှောက်ထားရာ ဆရာတော်ကြီးက ''ဘုန်းကြီး စိတ်ထဲမှာအားထုတ်ရတာ အဆင်မပြေဘူးဆိုရင် တရားအားမထုတ်မီ ဘုရားရုပ်ပွားတော်ရှေ့မှာ စိတ်ထဲက အလေးအနက်ထားပြီး ရတနာသုံးပါးနဲ့ ပညာရှိ အရိယာသူတော်ကောင်းတွေကို ရှိခိုးကန်တော့ တောင်းပန်လိုက်ပါ၊ တကယ်လို့ မနက်ပိုင်းမှာ အားထုတ်ရတာ အဆင်မပြေဘူးဆိုရင် မနက်ပိုင်း၊ နေ့လည်ပိုင်းမှာ အားထုတ်ရတာ အဆင်မပြေဘူးဆိုရင် နေ့လည်ပိုင်း၊ ညပိုင်းမှာ အားထုတ်ရတာ အဆင်မပြေဘူးဆိုရင် ညပိုင်းမှာ ရှိခိုးကန်တော့ တောင်းပန်လိုက်ပါ'' လို့ အမိန့်ရှိတော်မူလိုက်ခြင်းပါ။

ဆရာတော်ကြီးညွှန်ကြားတဲ့အတိုင်း ဘုရားရုပ်ပွားရှေ့မှာ စိတ်ထဲက လေးလေးနက်နက်ထားပြီး ပြုလုပ်ကြည့်ရာ ရှိခိုးကန်တော့တောင်းပန်လိုက်တာနဲ့တပြိုင်နက် စိတ်ထဲတွင် အပြစ်ကင်းသလိုခံစားရပြီး စိတ်ဟာ

ပေါ့ပါးကာ အေးချမ်းလာခြင်းပါ။ ဒါကြောင့် တရားအားထုတ်ရခြင်းဟာ အခက်အခဲမရှိတော့ပဲ အဆင်ပြေလာတာပါ။

မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှု ဓလေ့ထုံးစံအရ သီတင်းကျွတ်တဲ့အခါဖြစ်ဖြစ်၊ နှစ်သစ်ကူးတဲ့အခါဖြစ်ဖြစ်၊တပည့်ဟောင်းတွေ စုပေါင်းလို့ဖြစ်ဖြစ် ရတနာသုံးပါးနဲ့ ဆရာမိဘတွေကို ရှိခိုးကန်တော့ကြခြင်းဟာ အလွန်ကောင်းတဲ့ တန်ဖိုးရှိတဲ့ အစဉ်အလာတစ်ခုပါ။ အဲဒီလို ပြုလုပ်ပေးခြင်းအားဖြင့် ရတနာသုံးပါးနဲ့ ဆရာမိဘများအပေါ်မှာ ပြစ်မှားခဲ့တာရှိရင် ပြေပျောက်အပြစ်ကင်းသွားပြီး လုပ်နေတဲ့စီးပွါးရေး ပညာရေးတွေလည်း အောင်မြင်မှုရနိုင်သလို ကျန်းမာရေး လည်း ကောင်းမွန်ကာ ဘေးရန်တွေကလည်းကင်းဝေးတော့ နေထိုင်ရတဲ့ ဘဝဟာ ပျော်စရာတွေ ဖြစ်နေမှာပါ။

လူမျိုးတိုင်းမှာ ကောင်းတဲ့အစဉ်အလာတွေ ရှိနေသလို မကောင်းတဲ့ အစဉ်အလာတွေလည်း ရှိနေခြင်းပါ။ ဖော်ပြခဲ့တဲ့ ကောင်းတဲ့ အစဉ်အလာမျိုးကို မပျောက်ပျက်အောင် မျိုးဆက်သစ်များကို လက်ဆင့်ကမ်းပေးရမှာပါ၊ မျိုးဆက်သစ်တွေကလည်း ဆက်လက်ထိန်းသိမ်းနိုင်အောင် ကြိုးစားရမှာပါ။

မကောင်းတဲ့အစဉ်အလာဖြစ်တဲ့ လူကြီးပြောသမျှ မှားမှား မှန်မှန် လက်ခံရမယ်ဆိုတာမျိုးကိုတော့ လက်မခံသင့်ပါဘူး။ လူကြီးများပြောတဲ့ စကားဟာ မှန်နေရင် လူငယ်များအနေနဲ့ လက်ခံနားထောင်ရမှာပါ၊ မှားနေရင်တော့ လူငယ်များဟာ ရိုသေလေးစားမှုနဲ့ ယဉ်ကျေးချိုသာစွာ အကြောင်းအကျိုးပြပြီး ငြင်းပယ်နိုင်ရမှာ၊ အကြောက်တရားနဲ့ မငြင်းပယ် နိုင်တာမျိုး ကလန်ကဆန်သဘောနဲ့ ပြန်ပက်တာမျိုးတော့ မဖြစ်ရဘူးပေါ့။

လူငယ်များက အကြောင်းအကျိုးပြပြင်းပယ်လာရင် လူကြီးတွေ အနေနဲ့ ကိုယ့်အမှားကို လက်ခံနိုင်ရမယ်၊ ငါဟာလူကြီး, ငါဟာဆရာ, ငါဟာ မိဘဆိုတဲ့ အထက်စီးမာန်မာနနဲ့ တင်းခံနေရင်တော့ လူကြီးဖြစ်သူတွေ ပိုပြီးမှားလို့ မလေးစားမရှိသေစရာဘဝကို အလိုလို ရောက်သွားနိုင်မှာပါ။

၅။ အာဏာဝီတိက္ကမန္တရာယ်

ကျူးလွန်လိုတဲ့စေတနာနဲ့ သင့်ရောက်သော (အာပတ်) အပြစ်သည် အာဏာဝီတိက္ကမန္တရာယ်ပါ။ မိမိဆိုင်ရာ သိက္ခာပုဒ်တွေကျူးလွန်မိတဲ့အခါ လူတွေအနေနဲ့ဆိုရင် ပဥ္စာနန္တရိယကံငါးပါးကိုကျူးလွန်မှု၊ သီလရှိတဲ့ရဟန်း မိန်းမ၊ ရဟန်းကို မိစ္ဆာရကျူးလွန်မှုတွေကတော့ ပြုပြင်ကုစားလို့ မရနိုင်ပါ။

အခြားကံတွေကတော့ ပြုပြင်ကုစားလို့ ရနိုင်ခြင်းပါ။ ကုစားပုံမှာ ကျိုးပျက်သွားတဲ့ နဂိုဆောက်တည်ထားတဲ့သီလကို ပြန်ပြီးဆောက်တည် ရခြင်းပါ၊ သီလပြန်ပြီးဆောက်တည်လိုက်ရင် သီလပြည့်စုံနေသဖြင့် အာဏာဝီတိက္ကမန္တရာယ် မဖြစ်တော့ပါ။ တရားကိုကြိုးစားအားထုတ်ရင် သီလ စင်ကြယ်နေလို့ ဈာန် မဂ် ဖိုလ်ရနိုင်သလို သုဂတိဘဝကိုလည်း ရနိုင်တာပါ။



အရှင်အင်္ဂုလိမာလမထေရ်

သီလသိက္ခာကျိုးပျက်သွားလို့ ကုစားနည်းကို သိနားလည်ဖို့ အရှင်အင်္ဂုလိမာလမထေရ်အကြောင်းကို လေ့လာကြမှာပါ။ အရှင်အင်္ဂုလိမာလ မထေရ်သည် သာဝတ္ထိမြို့တော်၌ ကောသလဘုရင်ကြီးရဲ့ ပုရောဟိတ် ပုဏ္ဏားကြီး ဘဂ္ဂဝ+ပုဏ္ဏေးမကြီး မန္တာဏီတို့မှ မွေးဖွားခဲ့ခြင်းပါ။ မွေးဖွားစဉ် အချိန်၌ လူဆိုးနက္ခတ်နှင့်ယှဉ်လို့ တစ်တိုင်းပြည်လုံးရှိ လက်နက်တွေ အရောင် ထွက်သဖြင့် ဖခင်ပုရောဟိတ်ကြီးက သူ့သားလေးဟာ တစ်နေ့တွင် လူဆိုးကြီး ဖြစ်လိမ့်မယ်ဆိုတာ သိလိုက်ရခြင်းပါ။

နောက်တစ်နေ့တွင် နန်းတော်သို့ ပုရောဟိတ်ကြီး အခစားဝင်တော့ သူ့သားလေးအကြောင်းကို ကောသလဘုရင်ကြီးအား လျှောက်ထားရာ

ဘုရင်ကြီးက "ကောင်းပြီ၊ပုရောဟိတ်ကြီးရဲ့သားဟာ လူဆိုးဖြစ်မယ်ဆိုရင် တစ်ကိုယ်တော်လူဆိုးလား အဖွဲ့နဲ့လူဆိုးလား" လို့ မေးရာ မိဘဆိုတော့ ကိုယ့်သားလေး အသတ်မခံရအောင် စကားလှသုံးပြီး "တစ်ကိုယ်တော်လူဆိုးပါ အရှင်မင်းကြီး၊ သို့ပေမယ့် လူဆိုးဆိုတာ ဘယ်သူ့ကိုမှ ကောင်းကျိုးမပြုလို့ သူ့ကိုယ်ရှယ်တုန်း ရှင်းပစ်တာ အကောင်းဆုံးပါ"လို့ လျှောက်ထားလိုက်တဲ့အခါ "တစ်ကိုယ်တော်လူဆိုးဆိုရင်တော့ စိုးရိမ်စရာမရှိပါဘူး၊သူ့ကို ကောင်းမွန်စွာ ကျွေးမွေးစောင့်ရှောက်ပါ"လို့ မိန့်လိုက်တော့မှ ဝမ်းသာအားရ ဖြစ်သွားတာပါ။

နာမည်မှည့်သောနေ့၌ လက်နက်တွေအားလုံးဟာ အရောင်ထွက်ပေမယ့်လည်း ဘာမှအန္တရာယ် မတွေ့ရဘူး၊ ဒါကြောင့် သားလေးကို ဘယ်သူ့ကိုမှ အနိုင်ကျင့် မညှဉ်းဆဲတဲ့ လူလိမ္မာလေးဖြစ်ဖို့ ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ မိဘများက**အဟိံသက**= သနားကြင်နာတတ်သူလို့ နာမည်ပေးလိုက်ကြတာပါ။ ပညာသင်ရမယ့်အရွယ်ရောက်လာတဲ့အခါ ပညာတတ်လူလိမ္မာဖြစ်ဖို့ ရည်ရွယ်ပြီး မိဘများက တက္ကသိုလ်တိုင်းပြည် ဒိသာပါမောက္ခကြီးဆီကို ပို့လိုက်ခြင်းပါ၊ သူတို့သားလေးကို မာနလည်းကျ၊ ကျိုးကျိုးနွံနွံလည်းဖြစ်ဖို့ အတွက် အခငွေကြေးနဲ့ ပညာမသင်စေဘဲ ဆရာကြီးအိမ်မှာ အိမ်မှုကိစ္စကို ပြုလုပ်ရင်းဖြင့် ပညာသင်စေတာပါ။

ဆရာကဖျက် တပည့်ပျက်

အဟိံသကဟာ ဆရာကြီးမိသားစုအပေါ်၌ ဝေယျာဝစ္စတာဝန်လည်း ကျေ၊ ဉာဏ်ကလည်း ထက်မြက်တော့ သင်ပြရတာ လွယ်ကူတဲ့အတွက်

ကြောင့် ဆရာကြီးက အလွန်အရေးပေးရာ အခြားတပည့်တွေက မနာလို ဖြစ်ကြပြီး ဆရာကတော်နဲ့ ဖောက်ပြန်ပြစ်မှားနေကြောင်း ဆရာကြီးကို ယုံကြည်အောင် ပြောဆိုကြခြင်းပါ။ ဆရာကြီးသည်ပြောကာစမှာ မယုံပေမယ့် ပြောဖန်များလာတဲ့အခါ ယုံသွားပြီး အဟိံသကကို သေစေဖို့ ပရိယာယ်တစ်မျိုးနဲ့

"တပည့်၊ မင်းရဲ့ အတတ်ပညာ မြန်မြန်ပြီးမြောက်အောင်မြင်ရေးမှာ အထောက်အကူဖြစ်စေဖို့ ခရီးသွားနေတဲ့လူ တစ်ထောင်ပြည့်အောင် သတ်ရမယ်"

"ဆရာကြီး တပည့်ဟာ သူတစ်ပါးကို အနိုင်မကျင့် မညှင်းဆဲတတ်တဲ့ မျိုးရိုးကလာလို့ လူသတ်တဲ့အလုပ်ကို မလုပ်ပါရစေနဲ့" လို့ ပြောတော့ ဆရာကြီးက စိတ်ဆိုးလာကာ

"မင်းဟာ ခါတိုင်းဆိုရင် ငါ့စကားကို အမြဲတမ်းနားထောင်တယ်၊ အခုကျမှ နားမထောင်တော့တာ၊ ဒီလိုငါ့စကားကိုနားမထောင်တော့ရင် ငါ မင်းကို အခွင့်အရေး မပေးနိုင်တော့ဘူး၊ ပညာကိုလည်း ပြီးဆုံးအောင် သင်မပေးနိုင်တော့ဘူး"လို့ အပြတ်ပြောလိုက်တော့ မငြင်းသာဘဲ လက်နက်တွေ ကိုယူကာ တောခိုပြီး ခရီးသွားနေတဲ့လူတွေကို စောင့်ဖမ်းပြီး သတ်ခြင်းပါ။

လောကမှာ တပည့်ကောင်းတွေ့ဖို့ ခဲယဉ်းတယ်လို့ အပြောများပေမယ့် ဆရာကောင်းတွေ့ဖို့လည်း ခဲယဉ်းတာပါပဲ။ ထိုနှစ်မျိုးအနက် ဆရာကောင်း တွေ့ဖို့က ပိုအရေးကြီးတယ်လို့ ထင်မြင်ယူဆမိခြင်းပါ၊ အကြောင်းကတော့ ဆရာကောင်းရင် တပည့်ကောင်းဆိုတာ ရှိလာမှာပါ၊ ဆရာမကောင်းရင်တော့ တပည့်ကောင်းလည်းဖြစ်ပေါ်လာမှာ မဟုတ်ဘူးပေါ့၊ တပည့်များအနေနဲ့ ဆရာများရဲ့စကားကို အကောင်းအဆိုး ခွဲခြားဝေဖန်နိုင်ရမယ်။

ကောင်းတဲ့အဆုံးအမစကားကိုဆိုရင် ရအောင်ယူတတ်ဖို့လိုမှာပါ၊ မကောင်းတဲ့အဆုံးအမစကားဆိုရင်တော့ အကြောင်းအကျိုးပြ ငြင်းပယ် နိုင်ရမှာပါ၊ ဖွတ်အတင်း စီမံလာရင် ဒီဆရာထံက ထွက်သွားမှသာ တပည့်အတွက် ဘဝဟာ တက်လမ်းရှိနိုင်မှာပါ။

အဟိံသကဟာ သူသတ်တဲ့လူတွေကို စိတ်နဲ့မှတ်သားထားရာ ကြာလာတော့ မမှတ်မိသဖြင့် လက်ညှိုးများကို ဖြတ်ယူပြီး မှတ်ထားပေမယ့်လည်း လက်ညှိုးတွေကို ခွေးက–စား ငှက်က–စားနဲ့ ပျောက်ကုန်ပြန်တာပါ။ ဒါကြောင့် လက်ညှိုးတွေကို ဖောက်ပြီး ပန်းကုံးလို သီကုံးထားလိုက်တယ်၊ အဲဒီအချိန်ကစပြီး သူ့နာမည်ဟာ အဟိံသကဆိုတာ ပျောက်ပြီး **အင်္ဂုလိမာလ**=လက်ညှိုးပန်းကုံးရှိသူ–လို့ ထင်ရှားတော့တာပါပဲ။

တောထဲကို လူတွေမသွားဝံ့တဲ့အခါ ညအချိန်မှာ ရွာထဲ,မြို့ထဲဝင်ပြီး အိပ်နေတဲ့လူများကိုသတ်ကာ လက်ညှိုးဖြတ်ယူတော့ ရွာတွေ, မြို့တွေမှာ နေတဲ့လူတွေဟာ စိတ်ချောက်ချားထိန့်လန့်လို့ ရွာတွေမြို့တွေကို စွန့်ခွါခဲ့၍ သာဝတ္ထိမြို့တော်တစ်ဝိုက်မှာ နေထိုင်ကြရခြင်းပါ၊ ပြီးတော့ ဘုရင်ကြီးကို ဒီလူဆိုးကြီးအား ဖမ်းဆီးနှိမ်နင်းပေးဖို့ တောင်းဆိုကြခြင်းပါ။

ဆရာကောင်းဟူသည်

ဒီသတင်းတွေကြားရတဲ့အခါ မိခင်ဟာ သားလေးသေမှာ စိုးရိမ်လို့ ဖျောင်းဖျပြောဆိုဖို့အတွက် တောထဲထွက်လာခဲ့ခြင်းပါ၊ ထိုအခိုက်အတန့် အချိန်တွင် ဗုဒ္ဓကလည်း လောကကိုကြည့်တဲ့အခါ ''ယနေ့ ငါဘုရားသွားရင် အင်္ဂုလိမာလအတွက် အကျိုးများလိမ့်မယ်၊ ငါဘုရားမသွားရင်တော့

မိခင်ကိုသတ်မိလို့ သံသရာဝဋ်မှ ကယ်မရအောင် ဖြစ်လိမ့်မယ်''လို့ မြင်တော်မူပြီး အင်္ဂုလိမာလနေရာ တောထဲသို့ကြွတော်မူခြင်းပါ။

အင်္ဂုလိမာလဟာ တစ်ထောင်ပြည့်ဖို့တစ်ဦးသာလိုတော့ အရင်ဆုံးတွေ့သူကို သတ်ဖို့ကြံထားရာ ဗုဒ္ဓကိုတွေ့တော့ အပြေးလိုက်တာပါ။ လူတွေဆိုရင် သူ့ကိုလွတ်အောင် ပြေးနိုင်သူမရှိပေမယ့်လည်း ဗုဒ္ဓကိုတော့ သူလိုက်မမီပဲဖြစ်ပြီး မောပန်းလာသဖြင့် ''ရဟန်း ရပ် ရပ်''လို့ အော်ပြောရာ ဗုဒ္ဓက ''ငါ ရပ်နေတယ် အင်္ဂုလိမာလ၊ သင်သာ ရပ်ပါ''လို့ မိန့်တော်မူပါတယ်။

ရဟန်းဆိုတာ အမှန်ပြောလေ့ရှိတယ်၊ ဒီရဟန်းဟာ သွားနေပါလျှက်နဲ့ ရပ်နေတယ်လို့ ပြောတော့ ဒီအကြောင်းအရာကို မေးအုံးမှပဲ–လို့ စဉ်းစားပြီး မေးရာ ဗုဒ္ဓက ''ငါဟာ သတ္တဝါတွေကို ညှင်းဆဲသတ်ဖြတ်ဖို့အတွက် ပြုလုပ်ထားတဲ့ လက်နက်တွေကို ပယ်ချထားသူဖြစ်လို့ သံသရာခရီးဆုံးရောက်နေတာဖြစ်တဲ့အတွက် ရပ်နေတာပါ၊ သင့်မှာတော့ သတ္တဝါတွေကို ညှင်းဆဲသတ်ဖြတ်နေလို့ သံသရာခရီးမဆုံးနိုင်အောင်ပြေးနေတဲ့အတွက် ပြေးနေသူဖြစ်တယ်''လို့ မိန့်တော်မူလိုက်ရာ ...

အသိဉာဏ်ရှိသူဆိုတော့ သူ့အမှားတွေကိုသိသွားပြီး သတိတရားရကာ အမှားကို အမှန်ပြင်ဖို့ ဆုံးဖြတ်ချက်ချလိုက်ကာ ရဟန်းအဖြစ်ကို လျှောက်ထားတောင်းပန်ရာ သီလရှိတဲ့ရဟန်းသံဃာတော်များကို ပရိက္ခရာလှူခဲ့ဖူးတဲ့ အတိတ်ကောင်းမှုရှိနေတာကို မြင်တော်မူလို့ ဗုဒ္ဓက''ဧဟိ ဘိက္ခု''လို့ ခေါ်တော်မူလို့ ရဟန်းအဖြစ် ရဟန်းအသွင်ချက်ချင်း ရောက်သွားခြင်းပါ၊ ရဟန်းဖြစ်ပြီးနောက် ဗုဒ္ဓသည် အရှင်အင်္ဂုလိမာလကို နောက်ပါရဟန်းအဖြစ်နဲ့ ခေါ်တော်မူကာ ကျောင်းတော်သို့ ပြန်ကြွမူတော်ခြင်းပါ။

အရှင်အင်္ဂုလိမာလသည် ရဟန်းဖြစ်တဲ့နေကစပြီး တိစီဝရိတ်ဓုတင်၊ ပံ့သကူဓုတင်၊ အရညကင်ဓုတင်၊ ပိဏ္ဍပါတ်ဓုတင်တို့ကို ဆောက်တည်ထားခြင်းပါ။ ဒီလိုဓုတင်ဆောင်ထားတော့ ဆွမ်းခံကြွရခြင်းပါ၊ မြို့ထဲဆွမ်းခံကြွတဲ့အခါ သူ့ကိုကြောက်ကြလို့ ဆွမ်းလောင်းဖို့နေနေသာ ဘယ်သူမှအတွေ့မခံဘူး၊ လူအားလုံးကရှောင်ပြေးကြတာ၊ မရှောင်သာရင် ကျောပေးနေကြတော့ ဆွမ်းပြည့်စုံအောင် တစ်ရက်မှမရဘူး။

အာဟာရမပြည့်စုံတော့ ခန္ဓာကိုယ်ကလည်း ပင်ပန်းနေခြင်းပါ၊ တရားအလုပ်ကို အားထုတ်ပြန်တော့လည်း အားထုတ်လို့ မရလောက်အောင်ကို သူသတ်ခဲ့တာတွေက စိတ်ထဲမှာ အမျိုးမျိုးပေါ်လာလို့ ထ, ထသွားရတာပါ၊ ဒါပေမယ့် ဖွဲလုံ့လကတော့ လုံးဝအလျှော့မပေးပါဘူး။

တစ်နေ့ဆွမ်းခံကြွတဲ့အခါ ကလေး မမွေးနိုင်လို့ အကြီးအကျယ်ဒုက္ခရောက်နေတဲ့ အမျိုးသမီးတစ်ယောက်ကို မြင်ရလို့ သနားကြင်နာစိတ်တွေဖြစ်လာကာ ကျောင်းပြန်ရောက်တော့ ဗုဒ္ဓကိုလျှောက်ထားရာ ဗုဒ္ဓကသစ္စာဆိုနည်းကို သင်ပေးတာပါ။ ပထမဆုံး သင်ပေးစဉ်က **အရိယာယ ဇာတိယာ**–ပါဠိနှစ်ပုဒ်ကို မထည့်ဘဲ သင်ပေးလိုက်တယ်။

အဲဒီပါဠိတွေမပါရင် ''နှမ ငါဟာ မွေးဖွားသည်မှစ၍ သေစေလိုသောစိတ်စေတနာနဲ့ဘယ်သူ့ကိုမှ မသတ်ဖူးပါ၊ ဒီမှန်သောသစ္စာစကားကြောင့် သင်မိခင် (အမျိုးသမီး)ရော ကလေးပါ ချမ်းသာကြပါစေ''လို့ သင်ပေးလိုက်တော့ အရှင်အင်္ဂုလိမာလက ''မြတ်စွာဘုရား အဲဒီလိုပြောမယ်ဆိုရင် တပည့်တော်ရဲ့ သစ္စာစကားဟာ သစ္စာစကားမဟုတ်ဘဲ မုသားစကားဖြစ်သွားပါလိမ့်မယ်ဘုရား၊

ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ တပည့်တော်ဟာ လူပေါင်းများစွာ သတ်ခဲ့ဖူးလို့ပါ ဘုရား''လို့ လျှောက်ထားပါတယ်။

ဗုဒ္ဓက ရဟန်းဖြစ်သည့်မှစ၍–လို့ ရဟန်းအဖြစ်ကို ရည်ရွယ်ပေမယ့် သူကမွေးဖွားသည့်မှစ၍–လို့ ယူဆလိုက်ခြင်းပါ။ ဒါကြောင့် အရှင်အင်္ဂုလိမာလ သံသယကင်းရှင်းအောင် ဗုဒ္ဓက ''အရိယာယ ဇာတိယာ= အရိယာဇာတ် ရဟန်းဖြစ်ချိန်မှစ၍''–လို့ ထည့်ဆိုဖို့ တဖန်ပြင်ကာ သစ္စာပြုနည်းကို သင်ပေး လိုက်တော်မူခြင်းပါ။

သင်ပေးပြီးလို့ နေ့လယ်ပိုင်းအချိန်လောက်မှာ ကလေးမမွေးနိုင်လို့ အကြီးအကျယ် ဒုက္ခရောက်နေတဲ့ အမျိုးသမီးအိမ်ကိုကြွပြီး အဲဒီဒုက္ခမှ လွတ်အောင် သစ္စာပြုပေးမယ်လို့ ပြောပြရတာပါ။ ဆွေမျိုးများက ထိုအမျိုးသမီး ကို အကာအရံတွေ သေချာပြုလုပ်ပေး၍ အကာအရံအပြင်ဘက်မှာ အရှင်အင်္ဂုလိမာလထိုင်ဖို့ ထိုင်ခုံကို စီစဉ်ပြီးတဲ့အခါ အရှင်အင်္ဂုလိမာလဟာ မေတ္တာတရားကို အခြေခံထားပြီး သစ္စာပြုပေးလိုက်ရာ ချက်ချင်းလွယ်ကူစွာ မွေးဖွားနိုင်သဖြင့် မိခင်အမျိုးသမီးရောကလေးပါ အသက်ချမ်းသာရာ ရသွား ကြခြင်းပါ။

အင်္ဂုလိမာသုတ်သည် မဟာပရိတ်

ဒီပရိတ်တော်သည် မဖျက်ဆီးမတားဆီးနိုင်သော ဘေးအန္တရာယ် မည်သည်တစ်စုံတစ်ခုမျှ မရှိ၊ ဘေးအန္တရာယ်အားလုံးကို တားမြစ်ဖျက်ဆီး နိုင်သည်သာ ဖြစ်သောကြောင့် ဒီအင်္ဂုလိမာလသုတ်ကို မဟာပရိတ်လို့ ခေါ်နိုင်ခြင်းပါ၊ ကိုယ်ဝန်ကို မမွေးနိုင်တဲ့တိရစ္ဆာန်မကိုပင် ခေါ်ယူပြီး

အရှင်အင်္ဂုလိမာလ သစ္စာပြုသော ထိုင်ခုံပေါ်မှာ နေစေရင်ချက်ချင်း လွယ်ကူစွာ မွေးဖွားနိုင်ခြင်းပါ။ အားနည်းလွန်းလို့ ခေါ်ယူဖို့မဖြစ်နိုင်ရင် ထိုထိုင်ခုံဆေးရေကို ယူပြီး ဦးခေါင်းပေါ်မှာ လောင်းချရင် ချက်ချင်းမွေးဖွားနိုင်ခြင်းပါ၊ မွေးဖွားနိုင်ခြင်း သာမက အခြားရောဂါများလည်း ပျောက်ကင်းစေပါတယ်။

(မ၊ ၄၊ ၃၊ ၂၇၃)

အရှင်အင်္ဂုလိမာလ ဆေးကုပေးနေခြင်းလား?

ဗုဒ္ဓသည် ဒီလိုအရှင်အင်္ဂုလိမာလကို သစ္စာပြုခိုင်းခြင်းမှာ ဆေးကုခိုင်းရာ မကျဘူးလား–လို့ မေးစရာဖြစ်လာခြင်းပါ။ သစ္စာပြုပေးမှုဟာ ဆေးကုခြင်း မဟုတ်ပါ၊ အင်္ဂုလိမာလမထေရ်ကိုမြင်ရင် လူတွေအားလုံး ကြောက်လန့်ပြေးကြ ရှောင်ကြလို့ မထေရ်အတွက် ဆွမ်းခက်ခဲပြီး တရားအားမထုတ်နိုင်တာ ဖြစ်နေခြင်းပါ။

သစ္စာပြုပြီး လူတွေချမ်းသာအောင်ပြုလုပ်ပေးခြင်းဖြင့် မေတ္တာသက်ဝင် ချစ်ခင်ပြီး အရှင်အင်္ဂုလိမာလထံကို ရောက်လာမှာဖြစ်ရာ ထိုအခါ၌ ဆွမ်းမခက်ခဲ တော့ပဲ တရားကို ကြိုးစားအားထုတ်နိုင်မယ်လို့ ရည်ရွယ်တော်မူကာ ဗုဒ္ဓက မထေရ်ကို ချီးမြှောက်လိုလို့ သစ္စာပြုခိုင်းခြင်းသာ ဖြစ်ပါတယ်။

ထိုအပြင် မထေရ်သည် တရားကို ကြိုးစားအားထုတ်ပေမယ့်လည်း ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံမှာ စိတ်ကကပ်မနေဘဲ ဖြစ်နေခြင်းပါ။ အရင်တုန်းက လူတွေကို သတ်ခဲ့ပုံ၊ ထိုအချိန်မှာ သေဘေးကြောက်လွန်းလို့ လူတွေက တောင်းပန်နေပုံ၊ အားကိုးစရာမရှိတော့လို့ ခြေလက်တွေ ကိုးရိုးကားရား ဖြစ်နေပုံများသာ စိတ်ထဲမှာပေါ်ပေါ်နေလို့ ထိုင်တရားအားထုတ်နေရာက ထထသွားခြင်းပါ။

ထိုသို့ဖြစ်နေခြင်းကြောင့် အရိယာဇာတ်ရဟန်းအဖြစ်ဖြင့် သစ္စာဆိုခိုင်းရင် အရင်ဖြစ်ရပ်များ အမှတ်မထားတော့ဘဲ ဝိပဿနာရှုပွားနိုင်ကာ ရဟန္တာဖြစ်လိမ့်မယ်လို့ သိတော်မူပြီး ဗုဒ္ဓက အရိယာဇာတ် ရဟန်းအဖြစ်ဖြင့် သစ္စာပြုခိုင်းတော်မူခြင်းပါ။

ထိုအကြောင်းနှစ်မျိုးကို ရည်ရွယ်တော်မူလို့ သစ္စာပြုခိုင်းခြင်းသာ ဖြစ်သဖြင့် ဆေးကုခိုင်းခြင်း မဟုတ်ပါ။

(မ၊ ၄၊ ၃၊ ၂၉)

သစ္စာပြုနည်း

သစ္စာဆိုတာ အမှန်တရားကို ဆိုလိုတာပါ။ အဲဒီသစ္စာက (၁) ပရမတ္ထသစ္စာ၊ (၂) ဝိရတီသစ္စာ၊ (၃) ဝစီသစ္စာ–လို့ သစ္စာသုံးမျိုးရာ အရှင်အင်္ဂုလိမာလ ပြုလုပ်ပေးတဲ့ သစ္စာက ဝိရတီသစ္စာနဲ့ ဝစီသစ္စာပါ။ မေတ္တာတရားကို အခြေခံထားပြီး ထိုသစ္စာနှစ်ပါးကို ပြုလုပ်ပေးခြင်းပါ။

အရှင်အင်္ဂုလိမာလသည် အရင်လူဘဝတုန်းက သူများအသက်ကို သတ်ခဲ့ပေမယ့် ယခုအရိယာဇာတ် ရဟန်းဖြစ်တဲ့နေ့ကစပြီး ဘယ်သူ့အသက်ကိုမှ မသတ်ဖူးခြင်းဟာ မှန်နေလို့ ဝိရတီသစ္စာပါ။ ကိုယ်ဆောက်တည်ကျင့်သုံးနေတဲ့ သီလကို ပြန်ဆင်ခြင်ပြီး အမှန်အတိုင်းပြောဆိုခြင်းဟာ ဝစီသစ္စာပါ။ ဆင်းရဲဒုက္ခရောက်နေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်အပေါ်မှာ တကယ်အကျိုး လိုလားစိတ် မေတ္တာထားပြီး သစ္စာပြုလိုက်ခြင်းပါ။

သစ္စာပြုတဲ့အခါ ...

(၁) သီလကို ကိုယ်ကျင့်သုံးနေမှုဟာ မှန်ရမယ်။

(၂) ကိုယ်ကျင့်သုံးထားတဲ့အတိုင်း နှုတ်ကလည်း အမှန်ကိုသာ ပြောဆိုရမယ်။

(၃) နှုတ်က ပြောဆိုလိုက်တဲ့အတိုင်း ရလဒ်ကိုလည်း ကိုယ်လိုတဲ့အတိုင်း ဦးတည်ချက်ထားပြီး မေတ္တာတရားအခြေခံနဲ့ တောင်းဆိုရမယ်–လို့ **တိပိဋကဓရ (ယော)ဆရာတော်**က မိန့်ထားတော်မူတာပါ။

သူများအတွက် ဒီနည်းနဲ့ မေတ္တာအခြေခံထားပြီး သစ္စာဆိုပေးလို့ရသလို ကိုယ့်အတွက်လည်း သစ္စာဆိုနိုင်ခြင်းပါ။ လောကနယ်မှာပဲဖြစ်ဖြစ် ဓမ္မနယ်မှာပဲဖြစ်ဖြစ် အလုပ်တစ်ခုကို လုပ်တဲ့အခါ ယုံကြည်မှုရှိဖို့လိုပါတယ်၊ ယုံကြည်မှုမရှိတဲ့သူအတွက်တော့ အရာရာဟာ မဖြစ်နိုင်ဘူးပေါ့။ ဓမ္မနယ်မှာက ယုံကြည်မှုရှိရင် ရှိသလောက်ကို အစွမ်းက ထက်မြက်စေကြောင်းကို အရိယာသူတော်ကောင်းပုဂ္ဂိုလ်ကြီးတွေက လက်တွေ့အနေနဲ့ သက်သေပြသွားခဲ့ကြခြင်းပါ။

အခက်အခဲများ ဖြေရှင်းနည်း

အရှင်အင်္ဂုလိမာလမှာ အခက်အခဲနှစ်ခုရှိနေခြင်းပါ။ အဲဒါတွေက ဆွမ်းလောင်းမယ့်ပုဂ္ဂိုလ်မရှိလို့ ဆွမ်းအတွက် အခက်အခဲကြုံနေရတာက တစ်ခု၊ တရားအားထုတ်ဖို့ ထိုင်လိုက်ရင် အားထုတ်လို့ မရလောက်အောင် ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံမှာ စိတ်ကိုကပ်ထားလို့မရလောက်အောင် သူပြုလုပ်ခဲ့တဲ့ အကုသိုလ်ကံတွေက အဆက်မပြတ်ပေါ်နေလို့ စိတ်ဆင်းရဲနေရတာကတစ်ခု၊ ဒီနှစ်ခုကြုံနေရတာပါ။

ဗုဒ္ဓက အရှင်အင်္ဂုလိမာလရဲ့ ပထမအခက်အခဲကို အရိယာဇာတ် ရဟန်းဖြစ်တဲ့အချိန်ကစ၍ ဘယ်သူ့အသက်ကိုမှ မသတ်ဖူးပါလို့ သစ္စာဆိုပြီး လူတွေလက်ခံ ယုံကြည်မှုရအောင် ပြုလုပ်ပေးခြင်းဖြင့် ဖြေရှင်းခိုင်းလိုက်ခြင်းပါ။

လူတွေအားလုံးက အရှင်အင်္ဂုလိမာလကို ယခုအချိန်အထိ ကြောက်လန့်နေကြဆဲပါ။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ သူက တွေ့သမျှလူတွေ သတ်ပြီး လက်ညှိုးဖြတ်ယူခဲ့တဲ့ လူဆိုးကြီး ဖြစ်ခဲ့တာကိုး။ သူ့ကို တွေ့မြင်ရင်အကြောက်တရားတွေက လွှမ်းမိုးနေလို့ သူ့ကိုဘယ်သူကမှ မယုံကြည်ကြဘူး။ ထိုအကြောက်တရားတွေကို ဖြေပေးနိုင်မှသာ ယုံကြည်မှုက ရလာနိုင်မှာပါ။ ဒါကြောင့် ဟိုအရင် လူ့ဘဝတုန်းက ဆိုးသွမ်းခဲ့ပေမယ့် ယခု သင်တို့မြင်နေရတဲ့အတိုင်း ရဟန်းဖြစ်နေပါပြီ၊ ရဟန်းဖြစ်နေတော့ ဘယ်သူ့အသက်ကိုမှ မသတ်ဖူးပါ–လို့ အမှန်တရားကို ပြောဆိုနိုင်ခြင်းပါ။

အဲဒီအမှန်တရားဟာ လူအားလုံးကလည်း လက်ခံနိုင်ကြဖို့နဲ့ ထိုအမှန်တရားကို ပြောဆိုမှုကြောင့် ကလေးမမွေးနိုင်လို့ ဆင်းရဲဒုက္ခရောက်နေတဲ့ အမျိုးသမီးလည်း လွယ်ကူစွာ မွေးဖွားနိုင်ဖို့ပါ။ အဲဒီလိုအများက ယုံကြည် လက်ခံတဲ့စကားနဲ့ ယုံကြည်ရတဲ့လုပ်ရပ်ကို ပြောဆိုပြုလုပ်ပြလိုက်ရင် လူအားလုံးဟာ အကြောက်တရားတွေ ပြေပျောက်သွားပြီး အရှင်အင်္ဂုလိမာလ မထေရ်အပေါ်မှာ ယုံကြည်စိတ်ချလာမှာပါ။ ယုံကြည်မှုရလာရင် ဆွမ်းဟာ အခက်အခဲမရှိတော့ပါဘူး။

စောစောပိုင်းမှာ ဆွမ်းခံတာ လုံးဝမရတော့ ကျောင်းပြန်ရောက်မှ အတူနေ အခြားရဟန်းများက ပေးသမျှနဲ့ ဆွမ်းဘုဉ်းပေးရတာမို့ မမျှတဘူးပေါ့။

အာဟာရမမျှတရင် ခန္ဓာကိုယ်ကြီးဟာ အားမရှိပါဘူး၊ အားမရှိတော့ တရားကို ထင်သလောက် ကြိုးစားအားထုတ်ဖို့ မလွယ်နိုင်ပါ။

ပထမအခက်အခဲ ပြေလည်သွားလို့ တရားကို ကြိုးစားပမ်းစား အားထုတ်ပြန်တော့ ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံပေါ်မှာ ရှုမှတ်စိတ်ကို ကပ်ထားလို့မရတဲ့ ဒုတိယအခက်အခဲက ပေါ်လာပြန်ခြင်းပါ။ ထိုအခက်အခဲကို ဖြေရှင်းဖို့ ဗုဒ္ဓက အရိယာဇာတ်ရဟန်းဖြစ်တဲ့အချိန်ကစ၍ ဘယ်သူ့အသက်ကိုမှ မသတ်ဖူးပါ– လို့သစ္စာဆိုပြီး အတိတ်ဖြစ်ရပ်ဟောင်းတွေကို အမှတ်မထားတော့ပဲ ရပ်ပစ်ကာ ဝိပဿနာတရားကို တင်းတင်းရင်းရင်းနဲ့ အားထုတ်ပါလို့ ညွှန်ပြတော်မူခြင်းပါ။

တရားအားထုတ်နေတဲ့အခါ ရှုမှတ်နေတဲ့ အဓိက ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံမှာ စိတ်ကကပ်မနေဘဲ အတိတ်ကပြုလုပ်ခဲ့တဲ့ အာရုံဆီကိုလည်း ရောက် ရောက်သွားတတ်ခြင်းပါ။ အရှင်အင်္ဂုလိမာလဟာ အဲဒီလို အတိတ်က ပြုလုပ်ခဲ့တဲ့ အကုသိုလ်ကံတွေကို ပြန်မြင်ယောင်နေတာပါ။ ဒါကို အမှတ်မထားဘဲ ရပ်ပစ်ဖို့ဆိုတာ လွယ်လွယ်နဲ့ မဖြစ်နိုင်ပါ။

အမှတ်မထားဘဲ ရပ်ပစ်ခြင်း

ဘယ်လိုအမှတ်မထားဘဲ ရပ်ပစ်ရမှာလဲဆိုရင် ...

အဲဒီလို ပေါ်ပေါ်လာတဲ့ အတိတ်အာရုံတွေက လူတွေကို သတ်ခဲ့တဲ့ အာရုံ၊ သေရမှာကြောက်လို့ တောင်းပန်နေကြတဲ့အာရုံ၊ အားကိုးရာမဲ့ဖြစ်လို့ ဖောက်ပြန်နေတဲ့ အမူအရာအာရုံတွေပါ။ ဒါတွေဟာ ယခုလုပ်နေသလားဆိုရင် မဟုတ်ဘူး၊ အရင်တုန်းက လုပ်ခဲ့တာ။ ယခု ရဟန်းဘဝရောက်နေပြီမို့ မလုပ်တော့ဘူး။ သို့ပေမယ့် အဲဒီအာရုံတွေကို သူကပြန်ပြန်ဆွဲတွေးနေမိတော့

အခုပြုလုပ်နေသလို အသစ်အသစ် ပြန်ဖြစ်နေခြင်းပါ။ အဲဒါတွေကို စိတ်ထဲမှာ လက်မခံအမှတ်မထားဘဲ ရပ်ပစ်ရမှာပါ။

ဗုဒ္ဓညွှန်ကြားတော်မူတဲ့အတိုင်း သစ္စာပြုလိုက်တဲ့အခါ အရင်လူဘဝက သီလမလုံခဲ့ပေမယ့် ယခုအရိယာဇာတ် ရဟာန်းဖြစ်ချိန်ကစ၍ ငါ့မှာသီလတွေ လုံနေပြီလို့ ကိုယ့်သီလစင်ကြယ်မှုကို ဉာဏ်နဲ့ဆင်ခြင် နှလုံးသွင်းပြီး စိတ်မချမ်းသာစရာ အတိတ်ကအတွေးတွေကို ရပ်ပစ်နိုင်သလို အတိတ်ကအာရုံတွေကို တွေးနေတဲ့ အတိတ်အတွေးစိတ်ကိုလည်း ပေါ်ပြီး ပျောက်သွားတဲ့ သဘောအနိစ္စလို့ ဉာဏ်နဲ့မြင်အောင်၊ ပေါ်ပြီးပျောက်သွားတဲ့ အတွေးစိတ်ကို အခံခက်တဲ့သဘော ဒုက္ခလို့ဉာဏ်နဲ့မြင်အောင်၊ မမြဲဆင်းရဲတဲ့ အတွေးစိတ်ကို ကိုယ်ဖြစ်ချင်သလိုမဖြစ်ဘဲ သူ့ဖြစ်ချင်သလိုသာဖြစ်တဲ့ သဘော အနတ္တလို့ဉာဏ်နဲ့မြင်အောင် စိတ္တာနုပဿနာရှုပြီး ရပ်သွားပြတ်သွားအောင် လုပ်ရမှာပါ။

နောင်မှာ ဒီလိုပူပန်တဲ့ အတွေးတွေက လွတ်မှ လွတ်ပါ့အုံးမှာလား- လို့ အနာဂတ် အတွေးစိတ်ဝင်လာရင်လည်း ထိုအတွေးစိတ်ကို ရှုမှတ်ပြီး ရပ်အောင်လုပ်ရမှာပါ။ မရှုမှတ်ဘဲနေရင်တော့ အတိတ်အတွေးစိတ်တွေဟာ ရပ်မနေဘဲ လွင့်မျောပါသွားနိုင်သလို အနာဂတ်အတွေး စိတ်တွေနောက်လည်း ဆက်မျောလိုက်နေတတ်ခြင်းပါ။

အတိတ်အနာဂတ်အတွေးစိတ်တွေရပ်သွားအောင် ရှုမှတ်ပြီးရင် ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့်မှာဖြစ်နေတဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံပေါ်မှာ မလွတ်တမ်းကို တင်းတင်းရင်းရင်းနဲ့ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ လို့ ဉာဏ်နဲ့မြင်အောင်

ရှုမှတ်နေရခြင်းပါ။ အဲဒီလိုရှုမှတ်နိုင်လို့ အရှင်အင်္ဂုလိမာလဟာ ဝိပဿနာ ဉာဏ်တွေ အဆင့်ဆင့်တက်ပြီး ရဟန္တာဖြစ်သွားတော်မူတာပါ။

အရှင်အင်္ဂုလိမာလမထေရ် ဘဝဇာတ်ကြောင်းကို ခြုံကြည့်လိုက်ရင် ဒိသာပါမောက္ခဆရာကြီးဆိုတဲ့ ဆရာညံ့နဲ့ တွေ့ရသဖြင့် အဟိံသကဟာ လိမ္မာယဉ်ကျေးတဲ့ အနေအထားဘဝကနေ တိုင်းပြည်အားလုံးက လက်မခံနိုင်တဲ့ လူဆိုးလူမိုက်ဘဝကို ရောက်ရလို့ ရာဇဝင်မှာ တွင်ခဲ့ရသလို ဗုဒ္ဓဆိုတဲ့ ဆရာကောင်းနဲ့ တွေ့လိုက်ရပြန်တော့လည်း အများက ကြည်ညိုလေးစားရတဲ့ ရဟန္တာသူတော်ကောင်းကြီးဘဝကို ရခဲ့ပြန်လို့ သာသနာဝင်မှာ မော်ကွန်းတင်ခဲ့ရခြင်းပါ။

ရဟန္တာသော်မှ ပေးဆပ်ရ

အရှင်အင်္ဂုလိမာလမထေရ်သည် ရဟန္တာဖြစ်ပြီး နောက်တစ်နေ့မှာ မြို့ထဲဆွမ်းခံကြွတော့ အခြားသတ္တဝါတွေကို ပစ်လိုက်တဲ့ကျောက်ခဲတွေ တုတ်တွေက အရှင်မြတ်ရဲ့ခေါင်းကို လာထိမှန်လို့ ဦးခေါင်းကွဲရသလို ကိုယ်နဲ့သပိတ်လည်း ထိမှန်တော့ ကိုယ်လည်းဒဏ်ရာရ သပိတ်လည်း ကွဲသွားရခြင်းပါ။

ဦးခေါင်းကွဲတဲ့ဒဏ်ရာမှ ယိုစီးကျနေတဲ့ သွေးတွေစိုနေတဲ့ သင်္ကန်းများနဲ့ကျောင်းပြန်လာခဲ့ပြီး ဗုဒ္ဓထံသွားရာ ဗုဒ္ဓသည် အဝေးမှလာနေသော အရှင်အင်္ဂုလိမာလမထေရ်ကိုမြင်၍ ''သည်းခံပါ ချစ်သား၊ သင်ချစ်သား ပြုလုပ်ခဲ့တဲ့ အကုသိုလ်ကံအကျိုးဆက်တွေဟာ အနှစ်ထောင်မက ငရဲကျ

ပြီးခံစားရနိုင်တာပါ၊ ဒါပေမယ့် အဲဒီအကုသိုလ်ကံ အကျိုးဆက်တွေကို အခု ပစ္စုပ္ပန်ဘဝ၌သာ သင်ချစ်သားခံစားရခြင်းပါ''လို့ မိန့်တော်မူခြင်းပါ။

ထို့နောက် အရှင်အင်္ဂုလိမာလမထေရ်သည် ဆိတ်ငြိမ်ရာအရပ်သို့ သွားကာ တစ်ပါးတည်းသီတင်းသုံးတော်မူပြီး ဝိမုတ္တိချမ်းသာကို ခံစားနေတော်မူတာပါ။ ထိုသို့ခံစားတော်မူပြီး အရှင်အင်္ဂုလိမာလမထေရ်သည် ...

လူ့ဘဝရှေ့ပိုင်းကာလတုန်းက မေ့လျော့နေခဲ့ပေမယ့်လည်း ရဟန်းဘဝနောက်ပိုင်းကာလ၌ မမေ့မလျော့ သတိရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်သည် တိမ်တိုက်မှ လွတ်ပြီးသော လမင်းကြီးလို ဤခန္ဓာဟူသော လောကကြီးကို ကိလေသာ အမှောင်ကင်း၍ ထွန်းလင်းတောက်ပစေနိုင်၏။

မိမိမိုက်မဲစဉ်က ပြုခဲ့မိသော အကုသိုလ်ကံကို လောကုတ္တရာ ကုသိုလ်ဖြင့် ပိတ်ပင်တားဆီးနိုင်သောပုဂ္ဂိုလ်သည် တိမ်တိုက်မှလွတ်ပြီးသော လမင်းကြီးလို ဤလောကကြီးကို ကိလေသာအမှောင်ကင်း၍ ထွန်းလင်း တောက်ပစေနိုင်၏။

ဗုဒ္ဓသာသနာတော်၌ တရားကို လုံ့လကြိုးကုတ် အားထုတ်သော အသက်အရွယ်နုပျိုသောရဟန်းသည် တိမ်တိုက်မှလွတ်ပြီးသော လမင်းကြီးလို ဤလောကကြီးကိုကိလေသာ အမှောင်ကင်း၍ ထွန်းလင်းတောက်ပ စေနိုင်၏–လို့ ဥဒါန်းကိုကျူးရင့်တော်မူပြီး ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုတော်မူပါတယ်။

(၃၊ ၂၊ ၃၃၄)

ရယူနိုင်သော နည်းလမ်းများ

အရှင်အင်္ဂုလိမာလမထေရ်ထံမှ ရယူနိုင်တဲ့ နည်းလမ်းများမှာ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်ဟာ တရားအားမထုတ်မီ သီလကို ခံယူဆောက်တည်ပါ။ အဲဒီလို သီလခံယူဆောက်တည်ချိန်မှစပြီး ငါ့မှာသီလပြည့်စုံနေပြီလို့ ကိုယ့်သီလ စင်ကြယ်မှုကို ဉာဏ်နဲ့ဆင်ခြင်ကြည့်ကာ အရင်သီလမပြည့်စုံလို့ ပူပန်နေတဲ့ အတိတ်အတွေးကို ရပ်ပစ်လိုက်ဖို့ပါ။

နောက်တစ်နည်းကတော့ အဲဒီလို အတိတ်အတွေးစိတ်ကို ဉာဏ်နဲ့ ဆင်ခြင် ပယ်ဖျောက်လို့မရခဲ့ရင် ထိုအတိတ်အတွေးစိတ်ကို မြင်အောင်ကြည့် ပြီး အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တလို့ ဉာဏ်နဲ့မြင်အောင် ဝိပဿနာရှုရမှာပါ။ နောင်ရေး အတွက်ပူပန်နေတဲ့ အနာဂတ်အတွေးစိတ် ပေါ်လာရင်လည်း အဲဒီလို ဝိပဿနာရှုရမှာပါ။ ထိုအတွေးစိတ်မှန်သမျှကို ပျောက်သွား ရပ်သွားအောင် ဖွဲ့နဲ့ရှုပါ။ ယင်းအတွေးစိတ်တွေပျောက်သွားရင် ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့်မှာ ဖြစ်ပေါ် နေတဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံကို မလွှတ်တမ်း စူးစိုက်ရှုမှတ်နေရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

လူပေါင်းထောင်ကျော် သတ်ခဲ့တဲ့ လူဆိုးလူမိုက်ကြီးတောင် တရား ကို စနစ်တကျ ဖွဲ့လုံ့လသန်သန်နဲ့အားထုတ်လို့ တရားရနိုင်သေးရင် လူသတ်မှု လုံးဝမကျူးလွန်ဖူးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ် ကြိုးစားအားထုတ်ရင် တရားရမှာ သေချာနိုင်တယ်လို့ ယုံကြည်မှုအပြည့်နဲ့သာလုပ်ရင် တရားဟာ မရနိုင်စရာ အကြောင်းမရှိပါဘူး။



ရဟန်းတော်များ အာပတ်ကုစားနည်း

ရဟန်းတော်များသည် ပါရာဇိကအာပတ်သင့်ရင် ကုစားနည်းက လူထွက်လိုက်ပါ။ လူဝတ်နဲ့မနေလိုရင်တော့ ကိုရင်ဘဝနဲ့နေနိုင်ပါတယ်။ သံဃာဒိသေသ် အာပတ်သင့်ရင်တော့ ဒေသနာပြောကြားပါ။ ဒေသနာ ပြောကြားလိုက်ရင် အာပတ်ကို ဖုံးထားရာ မရောက်ပါ၊ ဒေသနာမပြောကြားဘဲ နေရင် အာပတ်ကို ဖုံးထားရာရောက်သဖြင့် ဖုံးထားသမျှ ရက်အတိုင်း ပရိဝါသ် ဆောက်တည်ပြီး မာနတ်ကျင့်ရမယ်၊ ပြီးတော့ အဗ္ဘာန် သွင်းရမှာပါ။

ကျန်တဲ့အာပတ်တွေသင့်ရင် ဒေသနာပြောကြားရမှာပါ။ ပုထုဇဉ် သဘာဝမှာအာပတ်နဲ့ကင်းနိုင်ဖို့ မလွယ်တော့ တကယ်တရားအားထုတ်နေတဲ့ အခါ သီလစင်ကြယ်သန့်ရှင်းနေဖို့အတွက် နေ့စဉ်ဒေသနာ ပြောကြားနိုင်ရင် အကောင်းဆုံးပါ။ အဲဒီလို သီလစင်ကြယ်ပြီးမှ တရားကိုကြိုးစားအားထုတ်ရင် ဈာန် မဂ် ဖိုလ်တရားတွေရနိုင်သလို သုဂတိဘဝလည်း ရနိုင်ခြင်းပါ။

ပုထုဇဉ်သဘာဝအတိုင်း စိတ်မထိန်းနိုင်လို့ အာပတ်သင့်တဲ့အခါ ဆိုင်ရာဝိနည်းလမ်းကြောင်းနဲ့ ကုစားရင် ထိုအပြစ်များဟာ ကင်းစင်နိုင်ခြင်းပါ။ သို့ပေမယ့် မကျူးလွန်မိအောင် သတိနဲ့ ဉာဏ်နဲ့ စောင့်စည်းနေရင်တော့ ပိုကောင်းတာပေါ့။ မတော်တဆ သတိလက်လွတ်လို့ အာပတ်သင့်ရင်လည်း ဝိနည်းကံနဲ့အညီ ကုစားပြီး ယုံကြည်မှုသဒ္ဓါတရားအခြေခံထား၍ သူတော်ကောင်းစိတ်ဓာတ်နဲ့ တရားဘာဝနာပွားကာ သာသနာနယ်အတွင်းမှာ ရဟန်းဘဝနဲ့နေရင် ဈာန် မဂ် ဖိုလ်တားမြစ်တဲ့ အန္တရာယ်မဖြစ်နိုင်ပါ။

ခန္ဓာကိုယ်နှင့်အသက်တို့ကို အပ်နှင်းရခြင်း

ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် တရားအားမထုတ်မီ မိမိခန္ဓာကိုယ်နဲ့ အသက်တို့ကို မြတ်စွာဘုရားနဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာတို့အား အပ်နှင်းထားရမှာပါ။ မြတ်စွာဘုရားကို အပ်နှင်းထားတဲ့ရည်ရွယ်ချက်က လောကမှာ ဆန့်ကျင်ဘက်တရားတွေဟာ အမျိုးမျိုးရှိနေခြင်းပါ။ ကုသိုလ်နဲ့အကုသိုလ်တို့ဟာ ဆန့်ကျင်ဘက် ဖြစ်ကြသလို ကောင်းတာလုပ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်နဲ့ မကောင်းတာလုပ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တို့လည်း ဆန့်ကျင်ဘက် ဖြစ်နေကြတာပါဘဲ။

အဲဒီလိုဆန့်ကျင်ဘက်ဖြစ်နေလို့ မကောင်းတာလုပ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကို ကောင်းတာလုပ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က သဘောမကျဘူးပေါ့၊ ကောင်းတာလုပ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ် ကိုလည်း မကောင်းတာလုပ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က မကြိုက်သလို အနှောင့်အယှက် လည်း ပေးတတ်ခြင်းပါ။

မကောင်းတာလုပ်နေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ မြင်ရတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်၊ မမြင်ရတဲ့ပုဂ္ဂိုလ် လို့ နှစ်မျိုးရှိပါတယ်။ မြင်ရတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေက လူဆိုးတွေ တိရစ္ဆာန်ဆိုးတွေပါ။

သူတော်ကောင်းတရားကို အားထုတ်မယ့်ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ လူဆိုး တိရစ္ဆာန်ဆိုး တွေရှိနေတဲ့နေရာမှာ အနှောင့်အယှက်အန္တရာယ်တွေ ရှိနိုင်လို့ တစ်ဦးတည်း နေပြီး အားမထုတ်သင့်ပါ။ ဘေးအန္တရာယ်တွေက လုံခြုံမှုမရှိရင် မိမိကလည်း သီလစသည်မပြည့်စုံသေးလို့ ခုခံနိုင်တဲ့ စွမ်းအားမရှိတော့ ထိုနေရာမျိုးကို ရှောင်တာအကောင်းဆုံးပါ။ လုံခြုံမှုရှိတယ်ဆိုရင်လည်း အမြဲသတိထားပြီး မေတ္တာတရားနဲ့ နေရမှာပါ။

မမြင်ရတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေဆိုတာ ပြိတ္တာဖြစ်တဲ့ တစ္ဆေသရဲတွေနဲ့ နတ်ဆိုးတွေပါ။ တောတောင်တွေထဲမှာဖြစ်စေ တိတ်ဆိတ်ငြိမ်သက်တဲ့ နေရာ တစ်ခုမှာဖြစ်စေ တစ်ယောက်တည်းဖြစ်ဖြစ် အများနဲ့ဖြစ်ဖြစ် တရားရှုနေတဲ့အခါ မမြင်ရတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေက မကြိုက်ရင် ကြောက်လန့်စရာ အဆင်းအမျိုးမျိုး, အသံအမျိုးမျိုး, အနံ့ဆိုး အာရုံတွေနဲ့ပြလို့ ကြောက်စိတ်ဝင်လာရင် ဗုဒ္ဓကို အပ်နှံထားတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်မှာ "ငါ့ခန္ဓာကိုယ်နဲ့ အသက်တို့ကို မြတ်စွာဘုရား အပ်ထားတာ ဘာကြောက်စရာလိုသလဲ" စသည်ဖြင့် ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းပြီး ထိုအာရုံတွေကို ဥပေက္ခာပြုလျှက် ကိုယ့်တရားကိုသာ အာရုံစိုက်ပြီး ရှုနေရင် ထိုအခက်အခဲတွေက လွန်မြောက်သွားနိုင်ခြင်းပါ။

ဗုဒ္ဓကို အပ်နှင်းမထားခဲ့ရင်တော့ ထိုကြောက်စရာအာရုံ အမျိုးမျိုးကို တွေ့ကြုံလာတဲ့အခါ ကိုယ့်မှာကာကွယ်စရာ လက်နက်မရှိသလိုဖြစ်လို့ ထိုနေရာမှာ မနေရဲသဖြင့် ထွက်ပြေးရမှာပါ။ အကြောက်တရားနဲ့ ထွက်ပြေး လာရသူဟာ တရားအားထုတ်ချင်စိတ်ပါ ပျောက်သွားတတ်တော့ ယောဂီ သူတော်စင်ဘဝလည်းဆုံးရှုံး တရားရနိုင်တဲ့အခွင့်အရေးတွေလည်း ဆုံးရှုံးသွားရခြင်းပါ။

အကာအကွယ်လုပ်နည်းတစ်မျိုး

ထိုအနှောင့်အယှက်အခက်အခဲကို ကျော်လွှားဖို့ ဗုဒ္ဓကို အပ်နှံထားဖို့ လိုသလို နောက်တစ်နည်း ပြုလုပ်နိုင်တာက နေရာသစ် ဒေသသစ်မှာ တရားအားထုတ်တော့မယ်ဆိုရင် ရောက်ရောက်ချင်း ထိုမြင်ရ မမြင်ရ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို အထူးမေတ္တာပို့ပါ။ ပြီးတော့ ကိုယ်ပြုလုပ်ထားတဲ့ ကောင်းမှု ကုသိုလ်တွေကို အမျှပေးဝေကာ ...

''မြင်ရ မမြင်ရ ပုဂ္ဂိုလ်အပေါင်းတို့ ငါတို့ ဒီနေရာလာခြင်းမှာ သင်တို့ကို အနှောင့်အယှက်ပေးဖို့ မဟုတ်ပါ၊ သူတော်ကောင်းတရားတွေကို အားထုတ်ဖို့ လာခြင်းပါ၊ ဒါကြောင့် သင်တို့နေရာမှာ သင်တို့တစ်တွေ လွတ်လွတ်လပ်လပ် သွားလာနေထိုင်ကြပါ။ ငါတို့ ဒီနေရာမှာ သူတော်ကောင်းတရားတွေ အားထုတ်ပြီးရင် ဒီကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေ သင်တို့အား ပေးဝေမှာ ဖြစ်ပါတယ်၊ အဲဒီလိုပေးဝေနိုင်ဖို့အတွက် ငါတို့ ဒီနေရာမှာ အနှောင့်အယှက်မရှိဘဲ အန္တရာယ်ကင်းကင်းနဲ့ တရားအားထုတ်ခွင့်ရအောင် သင်တို့ ကူညီစောင့်ရှောက် ကြပါ''လို့ မေတ္တာရပ်ခံပေးပါ။

မေတ္တာတရားဆိုတာ သတ္တဝါအားလုံးက လိုလားမြတ်နိုးကြလို့ နေရာသစ်ရောက်တိုင်း မေတ္တာပွားကြရင် အားလုံးအတွက် အဆင်ပြေနိုင်ခြင်းပါ။ ၁၉၉၆–ခုနှစ်က စာရေးသူဟာ အမေရိကန်နိုင်ငံ အော်ရီကင်ပြည်နယ် ယူဂျင်းမြို့ အနီးဝန်းကျင်မှာရှိတဲ့ တောထဲမှာ အမေရိကန်တွေချည်း တရားအားထုတ်ကြတဲ့ နှစ်လတရားစခန်းပွဲတစ်ခုကို ပဏ္ဍိတာရာမ ဆရာတော်ကြီး တရားပြ တော်မူတဲ့အတွက် လိုက်ပါကူညီဖူးပါတယ်။

အဲဒီနေရာသည် တရားစခန်းပွဲ အစဆုံးပြုလုပ်တဲ့နေရာဖြစ်လို့ ဆရာတော်ကြီးက ထိုနေရာရောက်ပြီး မကြာမီ ''ဦးယောသိတရေ၊ ညဘက်ရောက်ရင် မေတ္တာအထူးပို့ပေးပါ၊ ဒီနေရာက တရားစခန်းပွဲလုပ်တာ အစဆုံးအကြိမ် ဖြစ်နေလို့ပါနော်'' လို့ သတိပေး အမိန့်ရှိတော်မူလိုက်လို့ ညမအိပ်မီ စာရေးသူတို့လည်း သတိထားပြီး မေတ္တာတရားကို အထူးပွားမိခြင်းပါ။ နှစ်လတရားစခန်းပွဲ ပြီးသည့်တိုင်အောင် ထိုကြောက်လန့်စရာ အာရုံများကို ယောဂီတစ်ဦးတစ်ယောက်မျှ တွေ့တယ်လို့ မကြားမိခဲ့ပါ။

ဆရာသမားကို အပ်နှံခြင်း

တရားအလုပ် မလုပ်မီ ဆရာကို အပ်နှံထားသောပုဂ္ဂိုလ်သည် ဆရာသမားအပေါ်မှာ ရိုသေကျိုးနွံမှုကို ဖော်ပြသဖြင့် ဆရာက ဆုံးမခွင့်ရှိသူပါ။ ဆရာရဲ့အဆုံးအမကို သေချာခံယူထားတော့ သွားချင်ရာသွား နေချင်ရာနေ လုပ်ချင်ရာလုပ်လို့ မဖြစ်နိုင်ပါ။ တစ်ခုခုပြုမယ်ကြံရင် ဆရာကို ပန်ကြားရမှာပါ။

ဆရာသမားဆုံးမတဲ့အတိုင်း ရိုသေလေးစားစွာ လိုက်နာကျင့်သုံးနေတဲ့ အတွက်ကြောင့် ပြောဆိုဆုံးမရတာ လွယ်ကူနေလို့ ဆရာကချစ်မြတ်နိုးပြီး ဆရာရဲ့ပစ္စည်းနဲ့ တရားချီးမြှောက်ခြင်း နှစ်မျိုးလုံးကို ရနိုင်တာပါ။ ကိုယ်လိုချင်တဲ့ပန်းတိုင်ကိုရောက်လို့ ချမ်းသာမှုလည်း ရနိုင်ခြင်းပါ။

ဆရာကို အပ်နှံမထားရင်တော့ ဆရာမှာ ဆုံးမခွင့်မရှိပါ။ ဆရာရဲ့အဆုံးအမ မရတော့ အများနဲ့ဆက်ဆံရေးမပြေသဖြင့် အများရဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက်ပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်လာတတ်ခြင်းပါ။ ကိုယ့်သဘောနဲ့ကို နေထိုင်သွားလာနေတော့ အမှားတွေများလာတာပါ၊ အမှားများတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကို

ဘယ်ဆရာမှ စောင့်ရှောက်လိုတဲ့ အနေအထားမရှိသဖြင့် သူတော်အကျင့် တရားအလုပ်မှာ စိတ်ဝင်စားမှုမရှိနိုင်ပါ၊ ဆရာနဲ့ ကင်းကွာနေရင်တော့ တရားလည်းကင်းဝေးနိုင်တာပါ၊ တရားနဲ့ဝေးနေရင်တော့ ယောဂီနာမည် ခံထားပေမယ့် လမ်းဘေးရောက်ဖို့ သေချာသလောက်ပါ။

မြတ်စွာဘုရားနဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာကို အပ်နှံထားရင် မိမိတစ်ဦးတည်း တရားရှုပွားနေပေမယ့် မြတ်စွာဘုရားနဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာတို့ရဲ့ ဘုန်းတန်ခိုးနဲ့ မေတ္တာတရား ကရုဏာတရား အရှိန်အဝါများက လွှမ်းမိုးထားသဖြင့် ဘုရားရှင်နဲ့ ဆရာသည် မိမိနဲ့အတူတူ ရှိနေတယ်လို့ စိတ်ထဲမှာ ဖြစ်နေမိလို့ စိတ်အားတွေ ထက်သန်နေခြင်းပါ။

ဥပမာနဲ့ပြောရရင် ရှေးအခါက စစ်ပွဲများတွင် စစ်သူကြီး ဦးဆောင်တဲ့ စစ်ပွဲနဲ့ ရှင်ဘုရင်ကိုယ်တိုင် ဦးဆောင်တဲ့စစ်ပွဲများ၌ အောင်ပွဲရပုံခြင်းတူတယ်လို့ ထင်ရပေမယ့် စိတ်ဓာတ်တက်ကြွမှုကတော့ မတူပါဘူး။ ရှင်ဘုရင်ကိုယ်တိုင် ဦးဆောင်တဲ့စစ်ပွဲမှာ အောင်နိုင်လာရင် စစ်သည်တွေဟာ စိတ်အားတွေ ပိုတက်ကြွနေလို့ သတ္တိတွေ ပိုရှိနေခြင်းပါ၊ ပြီးတော့ ရှင်ဘုရင်ရဲ့ အရှိန်အဝါကြီးမားမှုတို့ကြောင့်လည်း ပိုပြီးအောင်မြင်မှု ရကြခြင်းပါ။

ဒီနည်းတူစွာပါပဲ ယောဂီဟာ တစ်ယောက်တည်း အားထုတ်နေပေမယ့် မြတ်စွာဘုရားနဲ့ဆရာကို အပ်နှံထားတော့ မြတ်စွာဘုရားနဲ့ဆရာတို့ရဲ့ ဘုန်းအရှိန်အဝါ သတ္တိတွေကို ကိုယ့်မှာရရှိခံစားရပြီး စိတ်ဓာတ်တွေပိုပြီး တက်ကြွတော့ ပိုပြီးအားထုတ်လို့ ကောင်းလာတာပါ။ သဒ္ဓါ ဆန္ဒ ဝီရိယ တို့လည်း ပိုပြီးတိုးလာနေခြင်းပါ။

နှုတ်ဖြင့် မြတ်စွာဘုရားနဲ့ဆရာကို အပ်နှံလိုက်ကတည်းက ကိုယ့်စိတ်နှလုံးသားထဲမှာ ခိုင်မာပြတ်သားတဲ့ ယုံကြည်မှုသဒ္ဓါတရားက အားကောင်းလာခြင်းပါ။ မရ, ရအောင်လုပ်လိုတဲ့ ဆန္ဒကလည်း ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းပါ။ အဘာယ်မျှပင်ခက်ခဲပါစေ ရအောင်ကြိုးစား အားထုတ်မယ်ဆိုတဲ့ ဝီရိယက လည်း ထက်သန်လာခြင်းပါ။ ဒီစွမ်းရည်သတ္တိ သုံးမျိုးရှိသူဟာ လောကီအလုပ်ပဲဖြစ်ဖြစ် လောကုတ္တရာအလုပ်ပဲဖြစ်ဖြစ် အောင်မြင်မှုရမှာ သေချာနေခြင်းပါ။

ခန္ဓာကိုယ်နှင့်အသက်ကို အပ်နှင်းပုံ

အရှင်ဘုရား တပည့်တော်သည် တရားအားထုတ်နေသည့် အချိန်ကာလအတွင်း၌ တပည့်တော်၏ အသက်နှင့်ခန္ဓာကိုယ်ကို မြတ်စွာဘုရားအားလည်းကောင်း၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာအားလည်းကောင်း အပ်နှင်းပါ၏ အရှင်ဘုရား။ (၃-ကြိမ်)

တရားပြပေးဖို့ တောင်းပန်ရခြင်း

ဗုဒ္ဓသက်တော်ထင်ရှားရှိစဉ်က ရဟန်း ရဟန်းမိန်းမများသည် တရားအားမထုတ်မီ ဗုဒ္ဓကို တရားတောင်းကြရာ ဗုဒ္ဓက ထိုပုဂ္ဂိုလ်စရိုက်ကို ကြည့်ပြီး သင့်တော်တဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားကို ပေးတော်မူခြင်းပါ။ သာဓကအနေနဲ့ ထုတ်ဖော်ပြရရင် ...

ဗုဒ္ဓ သာဝတ္ထိမြို့တော် ဇေတဝန်ကျောင်း၌ သီတင်းသုံးနေတော်မူစဉ် အချိန်မှာ အရှင်ဥတ္တိယသည် ဗုဒ္ဓကို "မြတ်စွာဘုရား လျှောက်ထား

တောင်းပန်ပါ၏၊ တပည့်တော်ကို အကျဉ်းအားဖြင့် တရားဟောတော်မူပါ၊ တပည့်တော်သည် ဒီတရားတော်ကို ကြားနာပြီးရင် တစ်ယောက်တည်း တိတ်ဆိတ်ငြိမ်သက်တဲ့ နေရာကိုသွားပြီး မမေ့မလျော့ အားထုတ်ကာ နိဗ္ဗာန်ကို စေလွှတ်သော စိတ်ရှိသည်ဖြစ်၍ နေလိုပါ၏ အရှင်ဘုရား''လို့ ကမ္မဋ္ဌာန်း တရားကို တောင်းပါတယ်၊ အရှင်ဗာဟိယလည်း နည်းတူတောင်းခြင်းပါ။

(သံ၊ ၃၊ ၁၄၃)

သာသနာ့လောက၌ ရှင်သာမဏေပြုလိုရင် ရှင်သာမဏေပြုပေးဖို့ ဆရာဖြစ်တဲ့ ရဟန်းတစ်ပါးပါးကို တောင်းပန်လျှောက်ထားရသလို ရဟန်းခံမယ် ဆိုရင်လည်း ရဟန်းပြုပေးဖို့ သံဃာတော်များကို တောင်းပန်လျှောက်ထား ရခြင်းပါ။ ဒါကြောင့် ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားတစ်ခုခုကို နည်းခံကျင့်လိုသော ယောဂီသည် သင်ပြပေးနိုင်တဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာကို တရားသင်ပြပေးဖို့ တောင်းပန်ရမှာပါ။

ဗုဒ္ဓသည် သတ္တဝါအားလုံးစရိုက်ကို သိပါသော်လည်း ကမ္မဋ္ဌာန်း ဆရာများမှာ ယောဂီတစ်ဦးစရိုက်ကိုပင် မသိနိုင်ပါ။ ထိုသို့မသိနိုင်ပေမယ့် သူကျင့်ထားတဲ့ နည်းလမ်းကိုတော့ သင်ပြပေးနိုင်ခြင်းပါ။ ထိုသို့ သင်ပြပေး နိုင်ပေမယ့်လည်း ယောဂီစရိုက်နဲ့ ကိုက်ညီချင်မှ ကိုက်ညီမှာပါ။ ကမ္မဋ္ဌာန်း ဆရာသည် သူကျင့်ထားတဲ့ နည်းလမ်းအတိုင်း သေချာသင်ပြပေးသဖြင့် ယောဂီများဟာ ကြိုးစားအားထုတ်ပါသော်လည်း တရားထူး မရကြတာ ရှိခဲ့ဖူးခြင်းပါ။

ရဟန္တာအရှင်မြတ်ကိုယ်တိုင် သင်ပြသော်လည်း တရားမရသော ပုဂ္ဂိုလ်များ

ဗုဒ္ဓလက်ထက်တော်အချိန်က လောကီဈာန်ငါးပါးရဲ့ အဖြစ်အပျက်ကို ရှုပွားပြီး ရဟန္တာဖြစ်သွားတော်မူသော မထေရ်မြတ်ကြီးတစ်ပါးသည် နောက်ပါရဟန်းတော်ခြောက်ဆယ်ကို ခေါ်ဆောင်၍ တောကျောင်း၌ နေထိုင်သီတင်းသုံးလျက် ကမ္မဋ္ဌာန်း သင်ပြပေးတော်မူခြင်းပါ။

မဟာဘုတ် ဥပါဒါရုပ်ဟုဆိုတဲ့ ရုပ်သဘောတရား၊ နာမ်သဘောတရား ထိုရုပ်နာမ်သဘောတရားများရဲ့ အကြောင်းအကျိုးဆက်စပ်ဖြစ်ပုံ၊ လက္ခဏာ၊ အာရုံများ ဝိပဿနာရှုနည်းကို တစ်ဝါတွင်းလုံး သင်ပြပေးပြီး ရဟန်းတော်ခြောက်ဆယ်လုံးကို စစ်ဆေးမေးမြန်းရာ မေးတိုင်းပင် ဖြေဆိုနိုင်ကြပါတယ်။ သို့ပေမယ့်လည်း မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ဖြစ်ပုံများကို မေးစစ်ကြည့်သော အခါမှာတော့ တစ်ပါးမျှ မဖြေဆိုနိုင်ကြဘဲ ဖြစ်နေခဲ့တာပါ။

ထိုအခါ ဆရာရဟန္တာမထေရ်မြတ်သည် ...

"အင်း ငါရဲ့ ပြောဆိုသင်ပြမှုဟာ ဘာမှလိုတာမတွေ့ရပါဘူး။ သူတို့တတွေလဲ ကြက်ရေတစ်ခါသောက်လောက်မျှ အချိန်ကလေးတောင် မနားဘဲ အမြဲတမ်းကို သတိတရားနဲ့ အားထုတ်နေကြတာပဲ။ ဘာကြောင့်များ မဂ်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်မရကြပါလိမ့်မလဲ၊ ခက်တာက ငါကလည်း သူတို့ရဲ့စရိုက် အတွင်းဓာတ်ခံ အဇ္ဈာသယကို မသိမြင်နိုင်၊ မြတ်စွာဘုရားတရားပြမှ ရမည့်ပုဂ္ဂိုလ်တွေများ ဖြစ်နေသလားမသိ"လို့ စဉ်းစားပြီး (သီတင်းကျွတ်) လပြည့်နေ့တွင် ပုဗ္ဗာရုံကျောင်းတော်၌ သီတင်းသုံးနေတော်မူသော ဗုဒ္ဓထံသို့ တပည့်ရဟန်းတော်များကို ခေါ်လာ၍ တရားတော်များကို မေးလျှောက်ထားရာ ထိုအခါကျမှ ရဟန်းတော်ခြောက်ဆယ်လုံး ရဟန္တာဖြစ်တော်မူကြတာပါ။

(မ-၄၊ ၄၊ ၅၀။ မဟာပုဏ္ဏမသုတ်အဖွင့်)

ပညာအရာဧတဒဂ်ရ အရှင်မြတ်ကြီးကိုယ်တိုင် သင်ပြပေမယ့် တရားမရသောပုဂ္ဂိုလ်

ပညာအရာ ဧတဒဂ်ရတော်မူတဲ့ အရှင်သာရိပုတ္တရာ မထေရ်မြတ်ကြီးသည် ဘဝငါးရာ ရွှေပန်းတိမ်သည်ဖြစ်ခဲ့ဖူးတဲ့ ရွှေပန်းတိမ်သည်သား တပည့်ရဟန်းငယ်တစ်ပါးကို အလှအပကြိုက်တဲ့ စရိုက်အဇ္ဈာသယကို မသိသဖြင့် အသုဘကမ္မဋ္ဌာန်းသင်ပြပေးရာ လေးလကြာအောင် ရှုပွားပေမယ့်လည်း မည်သည့်နိမိတ်မျှ မတွေ့ရသဖြင့် ဗုဒ္ဓထံ ခေါ်သွားပြီး အကြောင်းစုံလျှောက်ထားတော်မူခြင်းပါ။

ဗုဒ္ဓသည် ထိုရဟန်းငယ်စရိုက်ကိုကြည့်တော်မူပြီး နီသောပဒုမ္မာကြာပန်းကို ဖန်ဆင်းတော်မူ၍ "အနီရောင် အနီရောင်"လို့ စီးဖြန်းခိုင်းတော်မူ

ရာ စျာန်တရားတွေ ရသွားတာပါ။ ထိုစျာန်တရားများ ရသွားသောအခါတွင် ဗုဒ္ဓသည် ပဒုမ္မာကြာပန်း ညှိုးနွမ်းနေပုံကို အဓိဋ္ဌာန်လိုက်ပြီး ဝိပဿနာရှုပွားရာ ရဟန္တာဖြစ်တော်မူခြင်းပါ။

(ဓမ္မပဒ၊ ဌ၊ ၂၊ ၂၆၆။ ရွှေပန်းထိမ်သည်ဝတ္ထု) (ဇာ-ဌ၊ ၁၊ ၁၉၈။ တိတ္ထဇာတ်)

အချို့သာဝကများသည် ဗုဒ္ဓကိုယ်တော်တိုင်တရားပြမှ ရနိုင်သော်လည်း ရံခါဗုဒ္ဓတရားပေးလို့ မရနိုင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များလည်း ရှိနေပြန်ခြင်းပါ။ အရှင်သာရိပုတ္တရာစတဲ့ သာဝကများက တရားသင်ပြပေးမှ တရားထူး ရကြခြင်းပါ။

ရဟန်းတော်ငါးရာတို့ကို ဗုဒ္ဓက စရိုက်အားလျော်စွာ ကမ္မဋ္ဌာန်းပေးတော်မူခဲ့ပေမယ့် တရားမရဘဲ အရှင်သာရိပုတ္တရာအရှင်မြတ်က ဒသုတ္တရသုတ်ကို ဟောတော်မူမှ ပဋိသမ္ဘိဒါပတ္တ ရဟန္တာများ ဖြစ်တော်မူခြင်းပါ။

(ဒီ-ဌ၊ ၃၊ ၂၃၈၊ ဒသုတ္တရသုတ်အဖွင့်)

အရှင်အာနန္ဒာမထေရ်မြတ်သည် အရှင်ပုဏ္ဏ၏တရားတော်ကို နာရ၍ သောတာပန် ဖြစ်တော်မူတာပါ။ **(သံ၊ ၂၊ ၈၆။ အာနန္ဒသုတ်)**

ယခုအချိန်တွင် ဗုဒ္ဓလည်းမရှိ အဂ္ဂသာဝက၊ မဟာသာဝကကြီးများလည်း မရှိကြတော့ပြီမို့ ပရိယတ္တိလည်းပြည့်စုံ၊ ပဋိပတ်လည်းပြည့်ဝ နည်းနာနယမျိုးစုံကို နားလည်ကျွမ်းကျင်တော်မူကြသော ပုဂ္ဂိုလ်များထံ၌ ရိုသေလေးစားစွာ တောင်းပန်နည်း ခံယူရမှာပါ။

ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား သင်ပြပေးရန်တောင်းပန်ပုံ

အရှင်ဘုရား တပည့်တော်သည် သံသရာဝဋ္ဋဆင်းရဲအပေါင်းမှ လွတ်မြောက်ပါရခြင်း အကျိုးငှါ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား အားထုတ်နည်းကို သင်ပြပေးရန် လျှောက်ထားတောင်းပန်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။ (၃-ကြိမ်)

ရိုသေလေးစားစွာ အားထုတ်ရခြင်း

အရိုအသေပေးခြင်း လေးစားမှုရှိခြင်းတို့ဟာ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို ချစ်ခင်မြတ်နိုးမှုကြောင့်ပါ။ အရိုအသေပေးခံရ လေးစားမှုပေးခံရတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကလည်း အရိုအသေပေးနေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကို မေတ္တာသဘောအရ ပြန်ပြီးချစ်ခင်မြတ်နိုးနေတာပါပဲ။

တရားမသိလို့ တရားမပြည့်သူတွေက အရိုအသေပေးရတဲ့ လေးစားမှုပြုရတဲ့ အလုပ်ဟာ အောက်တန်းကျ နိမ့်ကျတယ်လို့ ထင်မြင်ယူဆပြီး မလုပ်လိုကြပါ။ တရားသိလို့ တရားပြည့်တဲ့သူတွေကတော့ အလွန်ကောင်းမြတ်လို့ တန်ဖိုးရှိမှန်း သိနားလည်ကြသဖြင့် ရိုသေလေးစားမှုအလုပ်ကို နှစ်သက်မြတ်နိုးစွာ ပြုလုပ်ကြခြင်းပါ။

မိမိက တရားအလုပ်ကို လုပ်မည့်ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်လို့ တရားတော်ကို ရိုသေလေးစားစွာ အားထုတ်ဖို့ လိုပါတယ်။ ပြီးတော့ တရားပြမယ့် ဆရာနဲ့ ယောဂီအချင်းချင်းလည်း ရိုသေလေးစားစိတ်ရှိရမှာပါ။ ထိုတရားတော်နဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေအပေါ်မှာ ရိုသေလေးစားစိတ်မထားနိုင်လို့ မာနနဲ့တင်းခံနေရင်တော့ စိတ်က နူးညံ့ပျော့ပြောင်းမှု မရှိနိုင်ပါ။ စိတ်ထားနူးညံ့ပျော့ပျောင်းမှုမရှိရင် သူတော်ကောင်းတရား အလုပ်ဆိုတာ မလွယ်ကူပါ။

ရှိသေလေးစားစိတ်ရှိနေမှ စိတ်က နူးညံ့ပျော့ပျောင်းနေလို့ တရားအလုပ်ကို လုပ်လို့ အဆင်ပြေနိုင်မှာပါ။

ရှိသေလေးစားမှုဆိုတာ ကိုယ်လည်းနှိမ့်ချ စိတ်လည်းနှိမ့်ချနိုင်မှသာ ဖြစ်နိုင်တာပါ။ ကိုယ်ကလည်းထန် စိတ်ကလည်း ထန်နေရင်တော့ ''ငါသိတယ်၊ ငါလုပ်ရင်ဖြစ်တယ်၊ ငါပြောရင်ဖြစ်တယ်၊ ငါကြံရင် ဖြစ်တယ်''လို့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အထင်ကြီးနေလို့ သူတစ်ပါးကို ရှိသေလေးစားဖို့ဆိုတာ မဖြစ်နိုင်ပါ။

ပစ္စည်းဥစ္စာ အတတ်ပညာ ရာထူးအာဏာ ရုပ်ရည် အဆင်း စသည်တို့တွင် တစ်ခုခုဖြင့် မာန်တက် ခက်ထန်နေရင် အခြားပုဂ္ဂိုလ်မှမဟုတ် မိမိဆွေမျိုးသားချင်းများကိုပင် ဂရုမစိုက် အထင်သေးမှုပြုတတ်လို့ ဘဝမှာ ပျက်စီးဖို့ အကြောင်းတရားဖြစ်လာခြင်းပါ။ ထို့ကြောင့်ပင် ''**ကုန်းမောက်လျှင် ရေမတင်၊ ဂုဏ်မောက်လျှင် လူမခင်**''လို့ ရှေးပညာရှိများက မိန့်ထားခဲ့တာပါ။



မာနချနိုင်မှ တရားရ

တရားဘာဝနာကို မကျင့်လိုသူများမှာ တရားမသိတော့ ကိုယ့်ရဲ့ အတ္တမာန်မာနကို အပြစ်မမြင်ပဲ အကောင်းထင်ပြီး စိတ်ကြီးဝင်ကာ မာန်တင်းနေတတ်ကြခြင်းပါ။ သို့ပေမယ့် တရားဘာဝနာကို ကျင့်လိုသူများမှာ တရားရှိဖို့ ကြိုးစားနေကြတော့ ကိုယ့်အတ္တမာန်မာနကို တမင်တကာပင် ကြိုးစားပြီး မကျ ကျအောင် ချကြတာပါ။

သာဓကဆောင်ပြီးပြောရရင် ဘဒ္ဒိယ၊ အနုရုဒ္ဓါ၊ အာနန္ဒာ၊ ဘဂု၊ ကိမိလ၊ ဒေဝဒတ်ဆိုတဲ့ သာကီဝင်မင်းသား ခြောက်ယောက်တို့သည် ဥပါလိဆတ္တာသည်နှင့်အတူ ရဟန်းပြုကြရန် **အနုပိယ** သရက်ဥယျာဉ်တောသို့ ရောက်လာကြပြီး ဗုဒ္ဓကို ''မြတ်စွာဘုရား တပည့်တော်တို့ သာကီဝင်များမှာ မာနကြီးကြပါတယ်၊ ဥပါလိမှာ တပည့်တော်များ အစေအပါးအဖြစ်နဲ့ အချိန်ကာလကြာမြင့်စွာ ဆောင်ရွက်ခဲ့သူပါ။

ဒါကြောင့် သူ့ကို အရင်ဦးဆုံး ရှင်ရဟန်းပြုပေးတော်မူပါ။ သူရဟန်းပြုပြီးသောအခါ သူ့ကို တပည့်တော်များက ရှိခိုးမှု၊ ကြိုဆိုမှု၊ လက်အုပ်ချီမှု၊ အရိုအသေပြုမှု ပြုလုပ်ကြပါမယ်၊ ဒီနည်းဖြင့် တပည့်တော်များ သာကီဝင်တို့ရဲ့ မာနသည် ကျပါလိမ့်မယ်အရှင်ဘုရား''လို့ လျှောက်ထားကြရာ ဗုဒ္ဓက လျှောက်ထားတဲ့အတိုင်းပင် ဥပါလိကို အရင်ဦးဆုံး ရှင်ရဟန်းပြုပေးလိုက်တော်မူခြင်းပါ။

မင်းသားခြောက်ယောက်လုံးဟာ အသီးအသီး ကိုယ့်မာနကိုချကာ တရားအားထုတ်ကြသဖြင့် ဗုဒ္ဓသည် ပထမဝါကို ဗာရာဏသီမြို့အနီး မိဂဒါဝုန်တော၌ ဝါကပ်ဝါဆိုတော်မူပြီး ဒုတိယဝါမှာ ရာဇဂြိုဟ်မြို့အနီး ဝေဠုဝန်ကျောင်းတိုက်၌ ဝါကပ်ဝါဆိုရာ ထိုဒုတိယဝါတွင်း၌ အရှင်ဘဒ္ဒိယမထေရ်သည် ပုဗ္ဗေနိဝါသဉာဏ်၊ ဒိဗ္ဗစက္ခုဉာဏ်၊ အာသဝက္ခယဉာဏ် (ပု၊ဒိ၊အာ) ဝိဇ္ဇာဉာဏ်သုံးပါးနှင့် ပြည့်စုံတော်မူသည့် **တေဝိဇ္ဇာပတ္တ** ရဟန္တာဖြစ်တော်မူခြင်းပါ။

အရှင်အနုရုဒ္ဓါမထေရ်သည် ရဟန်းပြုပြီး ပထမဝါတွင်း၌ပင် လောကီသမာပတ်(၈)ပါးကို ရပြီးနောက် ဒိဗ္ဗစက္ခု အဘိညာဉ်ကို ရ၍ နောက်နှစ်ဝါမှာ အရှေ့ဝါးတော၌ပင် ဝါဆိုတော်မူကာ တရားအားထုတ်သဖြင့် ရဟန္တာဖြစ်တော်မူတာပါ။

အရှင်အာနန္ဒာမထေရ်သည် အရှင်ပုဏ္ဏမထေရ်မြတ်ထံမှ ကြည်လင်တဲ့ကြေးမုံအပြင် ရေခွက်တို့ကို အစွဲပြုပြီး မျက်နှာရိပ်ထင်လာခြင်းကို ဥပမာပြု၍ လောကီခန္ဓာငါးပါးကို စွဲပြီး ငါ ဆိုတဲ့မာန်မာန ဖြစ်ကြောင်းနဲ့တကွ ထိုခန္ဓာငါးပါး ရဲ့ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ လက္ခဏာနဲ့ စပ်သောတရားတော်ကို နာကြားနှလုံးသွင်းသဖြင့် သောတာပန်ဖြစ်တော်မူခြင်းပါ။

အရှင်ဘဂုမထေရ်နဲ့ အရှင်ကိမိလမထေရ်တို့သည် ထိုမထေရ်တို့ နောက်၌ ဝိပဿနာတရားကို ပွားများအားထုတ်တော်မူကြသဖြင့် ရဟန္တာ ဖြစ်တော်မူကြခြင်းပါ။

သာသနာ့ရာဇဝင်တစ်လျှောက်လုံး ရဟန်းဆိုးအဖြစ်နဲ့ မှတ်တမ်းတင် ခံရတဲ့ အရှင်ဒေဝဒတ်သည်ပင် ရဟန်းမပြုမီ မာန်မာနကိုချပြီး တရားအားထုတ် လို့ လောကီသမာပတ်ရှစ်ပါးကို ရခဲ့တာပါ။

နေရာတိုင်း လူတိုင်းကို ကိုယ့်မာနချပြီး သည်းခံလုပ်ကိုင် ပြောဆိုရမယ် ဆိုရင် သူများရဲ့အသုံးချခံဘဝ ဖြစ်သွားနိုင်တယ်၊ အဲဒီလိုဖြစ်သွားရင် ဘဝဟာ တိုးတက်မှုဘယ်ရှိနိုင်တော့မလဲ–လို့ စဉ်းစားစရာပါ။ လူငယ်များအနေနှင့်လည်း မာနချကာ အလုပ်လုပ်ဖို့ ပြောဆိုဖို့ဆိုတာ ခက်ခဲကြမှာပါ။

အလုပ်တစ်ခုကို ပြုလုပ်တဲ့အခါ လောကနယ် ဓမ္မနယ် ခွဲခြားကြည့်ပြီး လုပ်တတ်ဖို့ လိုမှာပါ။ ကိုယ်လုပ်နေတဲ့အလုပ်ဟာ ကြီးပွားချမ်းသာဖို့အတွက် စီးပွားရှာနေတဲ့ လောကနယ်ထဲမှာလား၊ ဒါမှမဟုတ် သူတော်ကောင်းတရား ရဖို့အတွက် တရားကျင့်ကြံ အားထုတ်နေတဲ့ ဓမ္မနယ်ထဲမှာလား ကြည့်လိုက်ပါ။

လောကနယ်ထဲမှာ မဟုတ်မတရားခိုင်းစေမှု ပြောဆိုမှုတို့ကို လောက ဥပဒေနဲ့အညီ ပြောခွင့်ရှိခြင်းပါ၊ ပြောကိုပြောနိုင်ရမှာပါ။ မပြောဘဲနေရင်တော့ ဒီကိစ္စဟာ မာနချပြီး သည်းခံတဲ့ သဘောမဟုတ်ပါ။ မပြောဝံ့လို့ ကြိတ်မှိတ်ပြီး ငုံ့ခံနေရတဲ့သဘောပါ။ စီးပွားရေးဆိုတာက မာနနဲ့ယှဉ်ပြိုင်ပြီး ကြိုးစားလုပ် နိုင်မှ တိုးတက်ဖြစ်ထွန်းမှာပါ။

ဓမ္မနယ်မှာတော့ မာနခံနေရင် မေတ္တာတရားတောင် မဖြစ်ပါဘူး၊ တရားထူးတရားမြတ်ဆိုတာ ဝေးရော။ ဓမ္မနယ်တွင် မာနချနိုင်လေလေ အကျိုး

ရှိလေပါ။ သို့ပေမယ့် ရံဖန်ရံခါမှာတော့ ဓမ္မနယ်ထဲမှာတောင် “**သူတို့အားထုတ်လို့ တရားရနိုင်ရင် ငါလည်း ရနိုင်ရမယ်**”လို့ ဒီလိုရှိသင့်တဲ့ မာနမျိုးကို အသုံးချရတဲ့အခါလည်း ရှိနေသေးတာပါ။

မရှိသင့်တဲ့မာနနဲ့ မာန်တက်နေရင် သတိလက်လွတ်ဖြစ်ပြီး အရာရာမေ့နေတတ်ခြင်းပါ။ အရာရာကို သတိမေ့နေရင် ပျက်စီးတတ်တာပါ။ ပျက်စီးလာပြီဆိုရင် အပြစ်တွေက တစ်ခုပြီးတစ်ခု ဖြစ်လာတော့တာပါ။ အပြစ်တွေအဖြစ်များလာရင် မကောင်းတဲ့ဘဝကို ရောက်ဖို့ သေချာနေခြင်းပါ။ ဒါကြောင့် မာနခံပြီး သတိလွတ်နေတဲ့ယောဂီဟာ သူတော်ကောင်းအကျင့်တရားမှ ဆုတ်ယုတ်နေမှာပါ။ မရှိသင့်တဲ့မာနနဲ့ မာန်တက်နေတဲ့လူဟာ စည်းစိမ်ဥစ္စာ အတတ်ပညာစသည်တို့မှ ဆုတ်ယုတ်နေမှာပါ။

နှိမ့်ချမှုတွင် စံပြဝင်

လောကတွင် လူအများစုမှာ သူတစ်ပါးရဲ့အပြစ် မြင်တွေ့လာရင် ကောင်းစွာ ပြောဆိုဆုံးမတတ်ကြခြင်းပါ။ ဒါပေမယ့် ကိုယ့်မှာအပြစ်တွေ့လို့ သူတစ်ပါးက အကျိုးလိုလားစွာနဲ့ ပြောပြလာရင်တော့ လက်မခံဘဲ ပြန်ပုတ်ထုတ်လိုက်မှု၊ ငြင်းဆန်မှု၊ ပြန်မပြောနားမထောင် ဂရုမစိုက်ဘဲနေမှုစသည် တစ်ခုခုကို ပြုလုပ်ပြီး စိတ်ဆိုးတတ်ကြတာပါ။ ပြောပြလာတဲ့ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို အပေါင်းအသင်းကရပ်ပစ်ပြီး ရန်သူလို ဆက်ဆံတတ်ခြင်းပါ။

တရားနဲ့နေလို့ သူတော်ကောင်းစိတ်ဓာတ်ရှိသူများကတော့ ထိုသို့မဟုတ်ပါ။ ခိုင်လုံတဲ့ သာဓကနဲ့ပြောရရင် အရှင်သာရိပုတ္တရာ မထေရ်မြတ်ပါပဲ။ မထေရ်မြတ်သည် သူတစ်ပါးရဲ့ အပြစ်တွေ့လာရင် အကြောင်းအကျိုးနဲ့

ချိုသာစွာ ပြောဆိုဆုံးမတတ်သလို သူ့မှာအပြစ်ရှိလို့ သူတစ်ပါးက ပြောဆို ဆုံးမလာရင်လည်း ကောင်းစွာနာခံပြီး ပြုပြင်တတ်ခြင်းပါ။

တစ်နေ့တွင် မထေရ်မြတ်ရဲ့အဆုံးအမကို ခံယူ၍ သင်္ကန်းဝတ်နေတဲ့ ခုနှစ်နှစ်အရွယ် သာမဏေငယ်သည် သင်္ကန်းဝတ်ပုံ မညီမညာဖြစ်နေတဲ့ မထေရ်မြတ်ကို မြင်ရသဖြင့် မထေရ်မြတ်ထံလာပြီး "အရှင်ဘုရား သင်္ကန်းဝတ်ပုံ မညီမညာ ဖြစ်နေပါတယ် အရှင်ဘုရား"လို့ လျှောက်ထားရာ မထေရ်မြတ် သည် ငါဟာ ဆရာဆိုတဲ့ မာန်မထားတော့ စိတ်ဆိုးဒေါသထွက်တာ မရှိပါဘူး။

ဒါကြောင့် "ငါ့တပည့် ကိုရင်ငယ်လေးက ငါ့ကို ပြောရကောင်းလား" လို့ သဘောထားတော်မမူပဲ တစ်နေရာသို့သွားကာ သင်္ကန်းများကို ကောင်းမွန် ညီညာစွာ ပြင်ဝတ်ပြီး ကိုရင်ငယ်လေးထံပြန်လာ၍ ရပ်လျှက် လေးစားစွာ လက်အုပ်ချီကာ"ဒီလိုဝတ်ထားရင် သင့်တော်ပါပြီလား ကိုရင်"လို့ အမိန့်ရှိ တော်မူပြီးနောက် ...။

"ဒီနေ့မှ ကိုရင်ဝတ်တဲ့ခုနှစ်နှစ်အရွယ် သာမဏေငယ်ကလေးကပင် ငါ့ရဲ့အပြစ်ကိုမြင်လို့ ဆုံးမလာရင် ထိုအဆုံးအမစကားကို ငါဟာ ဦးထိပ်မှာထားပြီး လက်ခံကျင့်သုံးပါမယ်"လို့ ကျူးရင့်တော်မူခဲ့ခြင်းပါ။

(သံ- ၄၊ ၁၊ ၁၁၃)

တရားဘာဝနာကို ကျင့်ကြံအားထုတ်နေသူတိုင်းသည် မထေရ်မြတ်ရဲ့ နှိမ့်ချမှုကို အားကျအတုယူပြီး နေထိုင်ကြရမှာပါ။ ဒီလိုနေထိုင်တတ်မှ စိတ်က သိမ်မွေ့နူးညံ့လာသဖြင့် မျက်နှာက ကြည်လင်ပြီး နှုတ်ကလည်း ချိုသာလာ မှာပါ။ ယင်းသို့ နေထိုင်ပြောဆိုတတ်တဲ့ ယောဂီဟာ အများကချစ်ခင်မြတ်နိုးလို့

စောင့်ရှောက် အကူအညီပေးကြသဖြင့် စိတ်ချမ်းသာစွာ တရားအားထုတ်နိုင်မှာပါ။



အဓိဋ္ဌာန်ခြင်း

ပြုလုပ်လိုသည့် အလုပ်ကို မဖြစ်ဖြစ်အောင်ပြုလုပ်ဖို့ စွဲစွဲမြဲမြဲလုပ်ဖို့ စိတ်ကို ဆုံးဖြတ်ခြင်းကို အဓိဋ္ဌာန်လို့ ခေါ်ရခြင်းပါ။ ပုထုဇဉ်လူသားသည် ကောင်းတဲ့အလုပ်ဆိုရင် ပျင်းတတ်တဲ့ သဘာဝရှိနေခြင်းပါ။ ထိုကောင်းတဲ့ အလုပ်ကို မလုပ်ချင်တော့ ဆင်ခြေ အမျိုးအမျိုးပြကာ ပျက်ကွက်တတ်တာပါ။

ကျင့်ကြံအားထုတ်ရမယ့် ဘာဝနာအလုပ်ဆိုရင် ပိုပြီးအပျင်းဝင်တော့ အသက်အရွယ်ငယ်သေးလို့ အခြားအလုပ်တွေများနေလို့ စသည်ဖြင့် အကြောင်းမျိုးစုံပြ ဆင်ခြေပေးတတ်ပြီး ပျက်ကွက်တာ များနေခြင်းပါ။ ဒီလို အပျင်းသန်နေတတ်လို့ စိတ်ကို စွဲစွဲမြဲမြဲလုပ်ဖြစ်အောင် အဓိဋ္ဌာန်ထားဖို့ လိုအပ်တာပါ။

အဓိဋ္ဌာန်သုံးမျိုး

(၁) ရှေ့အဖို့ကပင် ကြိုတင်နိမိတ်ပြရန် စိတ်ဆောက်တည်ခြင်း၊ စိတ်၌ စွဲမြဲစွာထားခြင်းသည် **ပုဗ္ဗနိမိတ္တ**အဓိဋ္ဌာန်၊

(၂) မိမိလိုလားတောင့်တအပ်သော အကြောင်းအရာအတွက် စိတ်ဆောက်တည်ခြင်း၊ စိတ်၌ စွဲမြဲစွာထားခြင်းသည် **အာသီသ**အဓိဋ္ဌာန်၊

(၃) ကျင့်ဝတ်ရားတို့ကို ကျင့်ကြံရန် စိတ်ဆောက်တည်ခြင်း၊ စိတ်၌ စွဲမြဲစွာထားခြင်းသည် **ဝတ**အဓိဋ္ဌာန်လို့ အဓိဋ္ဌာန်သည် သုံးမျိုးရှိနေတာပါ။

ပုဗ္ဗနိမိတ္တအဓိဋ္ဌာန်

ဘုရားအလောင်းတော် သိဒ္ဓတ္ထမင်းသားသည် တောထွက်တော်မူရာ အနော်မာမြစ်သောင်ယံ၌ ဆံတော်ကို ပယ်ပြီး ''တကယ်လို့ ငါဟာ ဘုရားဖြစ်မယ်မှန်ရင် ဒီဆံတော်သည် ကောင်းကင်၌ တည်ပါစေ၊ ဘုရားမဖြစ်နိုင်ပါမူ မြေပြင်သို့ ကျပါစေ''လို့ ဆောက်တည်တော်မူကာ ဆံတော်ကို ကောင်းကင်သို့ ပစ်လိုက်ရာ ပန်းဆိုင်းလို ကောင်းကင်မှာ တည်နေခြင်းပါ။

ဆံတော် ကောင်းကင်မှာတည်မှုသည် အလောင်းတော် ဘုရားဖြစ်မဖြစ်နိမိတ်ကို သိလိုသည့်အတွက် ကြိုတင်အဓိဋ္ဌာန်ခြင်း ဖြစ်သောကြောင့် **ပုဗ္ဗနိမိတ္တ**အဓိဋ္ဌာန်ပါ။ လောကမှာ မိမိလိုအပ်သောအရာ ပြည့်စုံမည် မပြည့်စုံမည်ကို ကြိုတင်သိရှိရန် အဓိဋ္ဌာန်ပြုခြင်းမှန်သမျှသည် ထိုအဓိဋ္ဌာန်ပါပဲ။ ဥပမာ– ''ကျွန်ုပ်အကြံအစည် အောင်မြင်မယ်ဆိုရင် ဒီကျောက်တုံးသည် ပေါ့ပါစေ၊ မအောင်မြင်ဘူးဆိုရင် လေးပါစေ''လို့ ကျောက်တုံးကို ချီမပြုလုပ်မှုမျိုးပါ။

အာသီသအဓိဋ္ဌာန်

ဘုရားအလောင်းမျောက်မင်းအမှူးရှိသော မျောက်ရှစ်သောင်းတို့သည် ရေဘီလူးကြမ်း စောင့်ရှောက်နေသော ရေကန်မှ ရေကို ကန်အတွင်းသို့ မဆင်းဘဲ သောက်ယူရန် ကန်ပတ်လည်၌ ပေါက်နေသော ကျူတောမှ ကျူပင်တစ်ပင်ကို ယူစေပြီး ကျူရိုးအတွင်းမှာ အဆစ်အဖု အခံမရှိစေရန် သစ္စာပြု၍ အလောင်းတော်မျောက်မင်း မှုတ်တော်မူရာမှာ ကျူရိုးတစ်ချောင်းလုံး ဒိုးယိုပေါက်ဖြစ်၍ ရေသောက်စေရာတွင် မျောက်တွေက များနေလို့ တစ်ကောင်တစ်ချောင်းကြစီ မှုတ်၍ မပေးနိုင်သဖြင့် ''ဒီကန်ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ ကျူပင်တို့သည် ဒိုးယိုပေါက်ချည်း ဖြစ်ကုန်ပါစေသတည်း'' လို့ အဓိဋ္ဌာန် ပြုလိုက်ခြင်းပါ။ **(ခု၊ ဇာ-ဋ္ဌ၊ ၁၊ ၁၇၆။ နဠပါနဇာတ်)**

အလောင်းတော်မျောက်မင်းရဲ့ အဓိဋ္ဌာန်ခြင်းသည် မျောက်များ အသီးအသီး ရေစုတ်သောက်ယူစေနိုင်ဖို့ လိုလားသည့်အတွက် အဓိဋ္ဌာန်ခြင်း ဖြစ်လို့ **အာသီသ**အဓိဋ္ဌာန်ပါ။

အဓိဋ္ဌာန် နှင့် သစ္စာမတူပါ

လောကတွင် အချို့သူများက သစ္စာအဓိဋ္ဌာန်ပြုကြခြင်း စသည်ဖြင့် သစ္စာနဲ့အဓိဋ္ဌာန်တို့ကို တွဲဖက်ပြောဆိုနေကြသဖြင့် သစ္စာနဲ့အဓိဋ္ဌာန် တူသလို့ ထင်မိတတ်ကြခြင်းပါ။ တကယ်တမ်းတော့ မတူပါ။

သစ္စာဆိုတာ ကောင်းသည်ဖြစ်စေ ဆိုးသည်ဖြစ်စေ မှန်နေတဲ့ သဘောပါ။ အဓိဋ္ဌာန်ကတော့ မှန်သောသဘောတစ်ခုခုကို အခြေခံပြုခြင်း မရှိဘဲ အလိုအလျှောက် လိုအပ်သောအရာကို တောင့်တ ဆောက်တည်ခြင်းပါ။

ဝတအဓိဋ္ဌာန်

မြင့်မြတ်သော ပါရမီကောင်းမှု ကုသိုလ်ကိုယ်ကျင့်တရားများကို ကျင့်ကြံမယ်လို့ ဆောက်တည်လိုက်ရင် **ဝတ**အဓိဋ္ဌာန်ပါ။ သို့ပေမယ့် ဆောက်တည်ရုံမျှနဲ့ အဓိဋ္ဌာန်ပါရမီ မဖြစ်သေးပါ။ အဓိဋ္ဌာန်ဆိုတာ လွန်ခဲ့ပြီး အတိတ်နဲ့ ယခုရောက်ဆဲ ပစ္စုပ္ပန်တို့နဲ့ မဆိုင်ပါ။

နောင်အနာဂတ်မှာ ယခုဆောက်တည်ထားသည့်အတိုင်း စိတ်ထဲ၌ စွဲမြဲထားတဲ့အတိုင်း အမှန်တကယ် ကျင့်မှသာ ပါရမီမြောက်နိုင်ခြင်းပါ။ ယခု ပစ္စုပ္ပန်အချိန်မှာ မည်မျှပင် ထက်သန်သောစိတ်ဖြင့် ဆောက်တည် အဓိဋ္ဌာန် ပြုထားပေမယ့် နောင်အနာဂတ်အခါ၌ မကျင့်ဘဲ ပျက်ကွက်နေရင် အသုံးမဝင် အဓိပ္ပါယ်မရှိတဲ့ အဓိဋ္ဌာန်မျိုးသာ ဖြစ်သွားခြင်းပါ။

ကြံ့ချီသဏ္ဍာန်၊အဓိဋ္ဌာန်၊ ကျင့်ဟန်မြဲသေချာ။(ကဝိလက္ခဏာသတ်ပုံကျမ်း)

အဓိဋ္ဌာန်ပြုလုပ်ပြီး ကျင့်ကြံအားထုတ်လိုရင် ကြံ့ချီလို ဖြစ်ရမှာပါ။ ကြံ့ချီဆိုတာ တစ်ချောင်းတည်းသာ အမြဲတမ်း ရှိနေခြင်းပါ။ နှစ်ချောင်း ဘယ်အခါမှ မရှိပါ။ ဒီကြံ့ချီပမာလို ကျင့်ကြံအားထုတ်မယ်လို့ အဓိဋ္ဌာန်ပြုပြီးရင် အဓိဋ္ဌာန်ထားတဲ့အတိုင်း အတည်သာဖြစ်ပြီး မြဲမြဲမြံမြံနဲ့ သေချာကို ကျင့်ကြံ အားထုတ်ရမှာပါ။ အဓိဋ္ဌာန် ပျက်စီးသွားတာမျိုးကို လုံးဝမဖြစ်စေရပါ။

(ပင်းကွန်းတိပိဋကဓရဆရာတော်)



သမာဓိကြီးပွားကြောင်း ဖာသုက(၆)မျိုးနှင့် ပြည့်စုံရခြင်း

သမာဓိဖြစ်ဖို့အတွက် ဖာသုက= ချမ်းသာမှုတွေနဲ့ ပြည့်စုံနေရမှာပါ။ ထိုဖာသုကသည် ...

(၁) စိတ္တဖာသုက = စိတ်ချမ်းသာမှု၊

(၂) သရီရဖာသုက = ကိုယ်ချမ်းသာမှု၊

(၃) အာဟာရဖာသုက = မိမိစားလိုရာကို စားရသဖြင့် ချမ်းသာမှု၊

(၄) သေနာသနဖာသုက= ကျောင်းအိပ်ရာနေရာများ သန့်ရှင်းပြီး တိတ်ဆိတ်ငြိမ်သက်နေသဖြင့် ချမ်းသာမှု၊

(၅) ပုဂ္ဂလဖာသုက = ယောဂီအချင်းချင်းညီညွတ်နေသဖြင့် ချမ်းသာမှု၊

(၆) ဥတုဖာသုက = အပူ၊ အအေး ဥတုမျှတနေသဖြင့် ချမ်းသာမှုလို့ ခြောက်မျိုးရှိနေခြင်းပါ။

(ပဋိသံ၊ ၄၊ ၁၊ ၂၁၇)

စိတ္တဖာသုက

တရားကျင့်ကြံအားထုတ်နေတဲ့အခါ စိတ်ကြည်လင်ချမ်းသာနေမှ ပွားများနေတဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံပေါ်မှာ စိတ်ကကပ်နေလို့ ရှုမှတ်မှုဟာ ကောင်းနေခြင်းပါ။ စိတ်ဆင်းရဲစရာတွေ တွေ့ကြုံလို့ စိတ်မကြည်လင် မချမ်းသာဖြစ်နေရင်တော့ စိတ်ကထားတဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံပေါ်မှာ ကပ်မနေဘဲ အတွေးအာရုံထဲမှာ လွင့်မျောနေတတ်ခြင်းပါ။ အဲဒီလိုဖြစ်နေရင် အားထုတ်ရမှုဟာ အဆင်မပြေနိုင်ပါဘူး။

ထိုစိတ်ပူပန်စရာဖြစ်တဲ့ အလုပ်အကြောင်း မိသားစုအကြောင်း သားသမီးအကြောင်း ကျန်းမာရေးအကြောင်း အပေါင်းအသင်းမိတ်ဆွေ အကြောင်း စသည်များကို အတွေးထဲဝင်လာရင် လက်မခံဘဲ တတ်နိုင်သမျှ ဖယ်ထုတ်ပစ်ပါ။ အချို့ကိစ္စမှာ ကိုယ်လည်းဘာလုပ်ပေးလို့မှ မဖြစ်နိုင်တော့ ''ကံစီမံရာအတိုင်း ဖြစ်ရမှာပဲ''လို့ ကံတရားကို ဆင်ခြင်ပြီး ဥပေက္ခာပြုလိုက်ရင် စိတ်အပူဟာ သက်သာသွားမှာပါ။

မိမိအားထုတ်နေကျ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို မရှုပွားမီ **စတုရာရက္ခ**=အစောင့်အရှောက် ကမ္မဋ္ဌာန်းလေးပါးကို အရင်ဆုံးပွားများရင်လည်း စိတ်အေးချမ်းမှု ရနိုင်ခြင်းပါ။ ဒီလေးပါးထဲက ဘုရားဂုဏ်တော်များကို ပွားနေရင် စိတ်ကြည်လင်လို့ ဘုရားဂုဏ်တော်တွေကို ပါဠိရောမြန်မာလိုပါ ဉာဏ်နဲ့ဆင်ခြင်ပြီး စိတ်နှလုံးသားထဲမှာ သတိတရားနဲ့ အနည်းဆုံး(၁၀)မိနစ်ခန့် အစဦးဆုံး ပွားများရမှာပါ။

မေတ္တာဘာဝနာကို စနစ်တကျပွားတတ်ရင် စိတ်အေးချမ်းမှုရလို့ မေတ္တာကိုလည်း အရင်ဆုံးပွားများနိုင်ခြင်းပါ။ ဘုရားဂုဏ်တော်များနဲ့ မေတ္တာ

ဘာဝနာနှစ်မျိုးတို့တွင် တစ်မျိုးမျိုးဖြစ်ဖြစ် နှစ်မျိုးလုံးကိုဖြစ်ဖြစ် အရင်ဆုံးပွားလို့ စိတ်ကြည်လင်မှုရလာတဲ့အခါမှာ ဝင်လေ ထွက်လေ ကမ္မဋ္ဌာန်းစတဲ့ ကိုယ်အား သန်ရာ ပွားနေကျကမ္မဋ္ဌာန်းကို ဆက်လက်ပွားများ အားထုတ်ပါ။

ဒါမှမဟုတ် ဘုရားဂုဏ်တော်များကိုပွား၊ မေတ္တာပို့ သေခြင်းတရားကို ဆင်ခြင်၊အသုဘကိုဆင်ခြင် နှလုံးသွင်းဆိုတဲ့ **စတုရာရက္ခ** ကမ္မဋ္ဌာန်းလေးပါး လုံးကို (၁၅)မိနစ်ခန့် အရင်ဆုံးပွားများပြီးမှ ကိုယ်နှစ်သက်ရာ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို ဆက်လက် အားထုတ်နေရင် အစောင့်အရှောက် အကာအကွယ်တွေ ရထားလို့ စိတ်ချမ်းသာစွာ အားထုတ်နိုင်မှာပါ။

သရီရဗာသုက

တရားရှုပွားတဲ့အခါ ဣရိယာပုထ်တစ်မျိုးတည်းသာ ရှုပွားရမှာ မဟုတ်ပါ။ ဣရိယာပုထ် လေးမျိုးလုံးကို ရှုပွားရမှာပါ။ ထိုင်ခြင်းဣရိယာပုထ်က သမာဓိရလွယ်လို့ တရားထိုင်တယ်လို့ ထိုင်ခြင်းဣရိယာပုထ်ကို အဓိကထားပြီး ပြောနေကြခြင်းပါ။ ထိုဣရိယာပုထ် လေးမျိုးလုံးသာမက ကွေးမှု ဆန့်မှု စသော အသေးစိပ် အမူအရာမှန်သမျှလည်း သတိကပ်ပြီး ရှုနေရမှာပါ။

ထိုင်ခြင်းဣရိယာပုထ်အကြောင်းကို ပြောပြမှာပါ။ တင်ပလ္လင်ဖြစ်စေ ကျုံ့ကျုံ့ဖြစ်စေ ထိုင်တဲ့အခါ ခြေနှစ်ဖက်ကို ထပ်မထားစေချင်ပါ။ ဘာပြုလဲဆိုတော့ ခြေနှစ်ဖက်ကို ထပ်ထားလိုက်ရင် နာကျင်ကိုက်ခဲမှု တွေဖြစ်လာမယ်၊ အဲဒီလိုဖြစ်လာတဲ့အခါ ထိုနာကျင်မှုတွေကနေ လွတ်လိုတဲ့ လောဘက ဝင်လာမှာပါ။ ဒီနာကျင်မှုတွေက မပျောက်တော့ ဒေါသကလည်း ဖြစ်လာမှာ သေချာနေခြင်းပါ။

တရားအားထုတ်တယ်ဆိုတာ လောဘ ဒေါသ စတဲ့ကိလေသာတွေ မကောင်းတဲ့စိတ်တွေကို ကုန်သွားအောင် မကုန်မီ နည်းပါးသွားအောင် ကျင့်ရတာပါ။ တရားအားထုတ်မှုကြာလာရင် အလေ့အကျင့်ရလို့ အချိန်များစွာ ထိုင်နိုင်သော်လည်း လောဘ ဒေါသ စတဲ့မကောင်းတဲ့စိတ်ကို မထိန်းနိုင်ဘဲ တရား လုံးဝအားမထုတ်ဖူးသေးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များလို ထစ်ကနဲဆို ဒေါသဖြစ်လွယ် လိုချင်တာဆိုရင် ငမ်းငမ်းတက် ဖြစ်လွယ်နေရင်တော့ ကိုယ့်မှာတစ်ခုခုလိုနေပြီ မို့ သတိထား ပြုပြင်နိုင်ရမှာပါ။

ခါးနဲ့ ဦးခေါင်းတို့ကို တည့်တည့်မတ်မတ်ထားပါ။ တည့်မတ်နေပါမှ အဆုတ်ထဲရောက်အောင် လေကို အထုတ်အသွင်းလုပ်လို့ လွယ်ကူနေမှာပါ။ လေအထုတ်အသွင်း လွယ်ကူနေတဲ့အခါ ကျန်တဲ့ ခန္ဓာကိုယ်အစိတ်အပိုင်း များမှာလည်း လေအသွားအလာ အဆင်ပြေနေတော့ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးဟာ သက်သောင့် သက်သာရှိနေမှာပါ။

ပြီးတော့ အရိုးအဆစ်တွေဟာ အံဝင်ခွင်ကျ ထပ်နေလို့ အရိုးအဆစ် တွေကြားမှာ အကြောများ ညပ်နေမှုမရှိတော့ နာကျင်မှုမဖြစ်ပါ။ နာကျင်မှုမရှိမှ ကိုယ်ချမ်းသာမှုရလို့ တရားကို ကောင်းစွာ ကျင့်နိုင်မှာပါ။ ခန္ဓာကိုယ် အနေအထားမမှန်ရင်တော့ အရိုးအဆစ်တွေကြားမှာ အကြောများ ညပ်နေလို့ နာကျင်မှုတွေ ဖြစ်လာတတ်ခြင်းပါ။ နာကျင်မှုတွေ ခံစားနေရမှုကို သည်းမခံ နိုင်ဘဲ အတင်းသည်းခံ ကြိတ်မှိတ်မှတ်နေရင် နာကျင်မှုတွေက ပိုဖြစ်လာတော့ ယောဂီဟာ တရားအပေါ်မှာ စိတ်ကုန်သွားတတ်ခြင်းပါ။

သည်းခံပြီး မထိုင်နိုင်ပဲ ခြေနှစ်ဖက်ကိုထပ်ကာ ဇွတ်အတင်း ပေထိုင် နေတဲ့အခါ ကျန်းမာရေးရှုထောင့်ကကြည့်ရင် သွေးလွှတ်ကြော သွေးပြန်ကြော

များ ပိတ်ဆို့နိုင်သဖြင့် လေဖြတ်ခြင်း စတဲ့ရောဂါတွေ ဖြစ်လာတတ်ခြင်းပါ။ ထို့အပြင် သမာဓိမရသေးမီ သည်းမခံနိုင်ဘဲ ဖွတ်ပေထိုင်ပြီး ရှုနေရင် လောဘ ဒေါသ စတဲ့ကိလေသာတွေ ဖြစ်လာတတ်လို့ မရှုစေချင်ပါ။ သမာဓိလည်း အားကောင်း အလေ့အကျင့်ကလည်းရလို့ သည်းခံမှုအားရှိနေရင်တော့ ကြိုက်သလိုထိုင်ပြီး ရှုမှတ်နိုင်ခြင်းပါ။

မျက်စိကို အသာမှိတ်ထားပါ။ မျက်စိဖွင့်ထားရင် မြင်နေရတဲ့ အာရုံကိုကြည့်ပြီး အတွေးတွေဝင်နေတတ်လို့ ဖွင့်မထားစေချင်ပါ။ ကသိုဏ်းဝန်းကမ္မဋ္ဌာန်းများကို ရှုရင်တော့ မျက်စိဖွင့်ကြည့်ပြီး ရှုရခြင်းပါ။ ရှုမှတ်နေတဲ့ ကသိုဏ်းဝန်းပုံကို စိတ်ထဲမှာစွဲပြီး မျက်စိဖွင့်ကြည့်သလို မြင်နေရတဲ့ ဥဂ္ဂဟနိမိတ်ရလာရင် ကသိုဏ်းဝန်းပုံ ဖွင့်ကြည့်စရာမလိုပါ။ ကြိုက်တဲ့နေရာကို သွားကာ မျက်စိမှိတ်ပြီး ရှုပွားရမှာပါ။

မျက်စိကိုအတင်းမှိတ်ထားရင် မျက်စိမှာ တင်းနေတတ်လို့ အသာပဲ မှိတ်ထားဖို့ လိုမှာပါ။ လက်နှစ်ဖက်ကို သက်တောင့်သက်သာနဲ့ အသာ ထပ်ထားပါ။ သို့မဟုတ် ဒူးပေါ်မှာ ပက်လက်ဖြစ်စေ မှောက်လျှက်ဖြစ်စေ လက်နှစ်ဖက်ကို ကြိုက်သလို ထားနိုင်ခြင်းပါ။

တင်ပလ္လင်ခွေထိုင်တဲ့အခါ ဒူးနှစ်ဖက်လုံး ကြမ်းပြင်မှာ ထိကပ်ပြီး ထိုင်တတ်ရင် ပိုပြီးအဆင်ပြေခြင်းပါ။ ထိကပ်ပြီး မထိုင်တတ်ရင် အတွင်း၌ ခွေထားတဲ့ဒူးက ကြမ်းပြင်မှာ ထိကပ်နေပေမယ့် အပြင်၌ထားတဲ့ဒူးက ထိကပ်မနေပါ။ အဲဒီလို ထိကပ်မနေရင် သမာဓိမရသေးမီ နာကျင်မှုတွေ ဖြစ်တတ်လို့ ထိုဒူးအောက်မှာ တစ်ခုခုကို ခုပြီးထိုင်ပါ။

နံရံစသည်ကို မှီပြီးထိုင်ရင် အိပ်ပျော်သွားတတ်လို့ မမှီစေချင်ပါ။ ကျန်းမာရေးမကောင်းရင်တော့ မှီထိုင်နိုင်ခြင်းပါ။ ဒူးနာခြင်းစသည်ဖြင့် ကျန်းမာရေးမကောင်းလို့ ကြမ်းပေါ်မှာ မထိုင်နိုင်ရင် ထိုင်ခုံပေါ်မှာ ထိုင်နိုင်ပါတယ်၊ ထိုင်ခုံအမှီကို မှီပြီးမထိုင်ဘဲ မတ်မတ်ထားပါ။ ခြေများ ကြမ်းမှ လွတ်နေရင် ခြေလှုပ်မိနေတတ်လို့ ခြေများကို ကြမ်းပြင်နဲ့ ထိတဲ့ ထိုင်ခုံမျိုးနဲ့ ထိုင်ပါ။

ခန္ဓာကိုယ်တစ်ကိုယ်လုံးကို စိုက်ကြည့်လိုက်ပါ။ တစ်နေရာမှာ တင်းနေရင် ဝင်လေ ထွက်လေကို ရှုသူအဖို့ ထိုလေက သိမ်မွေ့နူးညံ့နေတော့ မတွေ့ရဘဲ တင်းတဲ့နေရာသာ တွေ့ရတတ်ခြင်းပါ။ အချို့ပုဂ္ဂိုလ်များ စကားပြောရင် မျက်မှောင်ကျုံ့ပြီးပြောတတ်ခြင်းပါ။ စကားပြောစရာ ကိစ္စက ပြီးသွားပေမယ့် သူရဲ့မျက်မှောင်ကျုံ့မှုကတော့ ရှိမြဲရှိနေလို့ ဝင်လေ ထွက်လေ တရားရှုမှတ်တဲ့အခါ တင်းနေမှုကိုပဲ တွေ့ရတတ်ခြင်းပါ။

ထိုတင်းနေတဲ့နေရာကို စိတ်နဲ့စိုက်ကြည့်ပြီး အကြောလျှော့ချင်တယ်၊ အကြောလျှော့ချင်တယ်၊ အကြောလျှော့တယ်၊ အကြောလျှော့တယ်လို့ စိတ်ထဲခိုင်းကာ လျှော့ချလိုက်ပါ။ အထိုက်အလျောက် တင်းမှုတွေ ပြေပျောက်သွားဖို့ပါ။ အခြားတင်းနေတဲ့ နေရာများကို ဒီနည်းနဲ့လျှော့ချပေးပါ။ ဒီလို လျှော့ချပေးလိုက်ရင် ခန္ဓာကိုယ်ဟာ သက်တောင့်သက်သာ ဖြစ်လာမှာပါ။

အာဟာရဖာသုက

အစာအာဟာရကို စားသောက်တဲ့အခါ ဝမ်းဗိုက်ကို တင်းပြည့်နေအောင် စားသောက်လိုက်ရင် ဝမ်းဗိုက်လေးပြီး အိပ်ချင်နေတတ်လို့ တရားရှုမှတ်ရမှုဟာ မကောင်းပါ။ အစာအာဟာရကို မစားဘဲနေတာဖြစ်ဖြစ်၊ မျှတအောင်မစားဘဲနေတာဖြစ်ဖြစ် နေခဲ့ရင် အစားအသောက်အနံ့တွေ ရလာတဲ့အခါ ဆာလောင်မှုက နှိပ်စက်နေလို့ ရှုမှတ်မှုက ခက်ပြန်ရော။ ဒါကြောင့် သူတော်ကောင်းတရားများကို အားထုတ်ကျင့်သုံးဖို့ ရည်ရွယ်ချက်ထားပြီး အစာအာဟာရကို မျှတအောင် စားသောက်ရမှာပါ။

အစားအသောက်မက်လို့ များများစားသောက်တတ်သူများအတွက် ခန္ဓာကိုယ်နေရထိုင်ရတာ သက်တောင့်သက်သာဖြစ်ဖို့ အစာစားတဲ့အခါ ပြီးခါနီးနောက်ဆုံးလေးလုပ် ငါးလုပ်စာကို ချန်ထားပြီး ထိုအတွက် ရေအေး သို့မဟုတ် ရေနွေးကို သောက်ပေးရမယ်လို့ အရှင်သာရိပုတ္တရာ မထေရ်မြတ်က ညွှန်ပြထားတာ ရှိပါတယ်။ ထို့အပြင် အစာစားနေတဲ့အခါ အမှတ်သတိနဲ့ စားသောက်နိုင်ခြင်းပါ။ ထိုနည်းများကို သတိထားပြီး လိုက်နာကျင့်သုံးကြည့်ရင် အစာအာဟာရကြောင့် ဒုက္ခမဖြစ်ဘဲ ချမ်းသာစွာ နေနိုင်မှာပါ။

သေနာသနဖာသုက

ကျောင်းအိပ်ရာနေရာသည် သန့်ရှင်းပြီး ပတ်ဝန်းကျင်မှာ လူသံတွေ လူလုပ်တဲ့အသံတွေမရှိမှ တိတ်ဆိတ်ငြိမ်သက်လို့ စိတ်ချမ်းသာစွာ တရားအားထုတ်နိုင်မှာပါ။ ထိုအသံတွေက အားထုတ်နေတဲ့အခါ ဆူညံစွာကြားနေရရင် ဆူးစူး ညှောင့်စူးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်မှာ အခံရခက်သလို တရားရှုနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မှာလည်း ထိုအသံတွေက မခံသာအောင် ဒုက္ခပေးတတ်လို့ သမာဓိပျက်တတ်ခြင်းပါ။

လူလုပ်တဲ့အသံတွေဆိုတာ စက်မှန်သမျှရဲ့အသံ၊ ကား၊ ရထား၊ လေယာဉ်စတဲ့ လူတွေတီထွင်ထားတဲ့ အရာဝတ္ထုမျိုးတို့ရဲ့ အသံတွေပါ။ ထိုအသံတွေ ကြားလာတဲ့အခါ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့စိတ်သည် အဲဒီအသံနောက် လိုက်ပြီး အတွေးနယ်ချဲ့တတ်ခြင်းပါ။ ဥပမာ– ကားသံကြားလိုက်ရရင် ဘယ်သူ့ကားလဲ? ဘာကိစ္စလာသလဲ? စသည်ဖြင့် အတွေးဟာ မဆုံးအောင် ဖြစ်နေတတ်တာပါ။

မြန်မာပြည်တွင်းမှာ အသံချဲ့စက်သံတွေဟာ သိပ်ဆူညံလွန်း နေခြင်းပါ။ ကိုယ့်အိမ်အတွင်း ဓမ္မာရုံအတွင်း ကျောင်းအတွင်း ကြားလောက် ရုံဆိုရင်ပတ်ဝန်းကျင်ကို အနှောက်အယှက်မဖြစ်နိုင်သလို ကိုယ့်ကိစ္စ အတွက်လည်း အဆင်ပြေနိုင်မှာပါ။ ပတ်ဝန်းကျင်ကို အနှောင့်အယှက် ဖြစ်လောက်အောင် အသံတွေက ဆူညံနေရင် တစ်ဦးတစ်ယောက်က တိုင်တဲ့အခါ တရားဥပဒေစိုးမိုးတဲ့နိုင်ငံတွေမှာ ချက်ချင်းရပ်ပေးရသလို နှောင် ပွဲလုပ်ဖို့လည်း ခက်သွားတတ်ခြင်းပါ။

လူတိုင်းသည် ကိုယ့်အပြုအမူကြောင့် ပတ်ဝန်းကျင်ကို မထိခိုက်အောင် နေထိုင်တတ် ပြောဆိုတတ်ဖို့ လိုတာပါ။ အထူးသဖြင့် တရားကျင့်ကြံနေတဲ့ သူတော်ကောင်းတွေရှိတဲ့ နေရာမျိုးမှာ ပိုပြီးသတိထားရမှာပါ။ ယောဂီ တစ်ယောက်သည် တရားတကယ်ကျင့်လို့ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် ရခါနီး အချိန်လေးမှာ ကိုယ့်စကားသံ ကိုယ်ပြုလုပ်တဲ့အသံများကြောင့် အနှောင့် အယှက်ဖြစ်သွားရင် မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် မရတော့ပါ။

အဲဒီလို မဂ်တားဖိုလ်တားဖြစ်အောင်လုပ်မိရင် အရိယာပုဂ္ဂိုလ်ကို ပြစ်မှားတာနဲ့တူနေလို့ အပြစ်ကြီးပါတယ်။ ဒါကြောင့် တိတ်ဆိတ်ငြိမ်သက်ရမယ့်

တရားရိပ်သာဌာနကို သွားတဲ့အခါ စကားပြောရင်ဖြစ်စေ၊ ကားနဲ့သွားရင်ဖြစ်စေ ကိုယ့်အတွက်ကြောင့် တရားကျင့်နေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို အနှောင့်အယှက် မဖြစ်အောင် သတိထားပြီး ပြုမူတတ်ဖို့ အရေးကြီးခြင်းပါ။

ပုဂ္ဂလဖာသုက

အတူနေသူချင်း လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်ချင်း အဆင်ပြေအောင် နေတတ်မှ လုပ်နေတဲ့ အလုပ်ဟာ စိတ်ချမ်းသာစွာနဲ့ ပြုလုပ်နိုင်ခြင်းပါ။ အတူနေသူ အတူအလုပ်လုပ်နေသူများနဲ့ အယူအဆ သဘောထားမတိုက်ဆိုင်တဲ့ အရာတွေ တွေ့ကြုံရတဲ့အခါ စိတ်တည်ငြိမ်စွာထားပြီး ပြောဆိုဆွေးနွေးရမှာပါ။ သူ့အလိုဆန္ဒကို ကိုယ်က အသိအမှတ်ပြုဖို့လိုသလို ကိုယ့်အလိုဆန္ဒကိုလည်း သူနားလည်အောင် ပြောတတ်ဖို့ လိုတာပါ။

သူ့အယူအဆကို ကိုယ်ကအသိအမှတ်မပြုနိုင်ရင် ကိုယ့်စိတ်ထဲမှာ အဖုအထစ်ဖြစ်ပြီး ကျန်ရစ်တတ်ခြင်းပါ။ ကိုယ့်အယူအဆကိုသူက လက်မခံနိုင်ရင် သူလည်းစိတ်ထဲမှာ ကသိကအောက်ဖြစ် ကျန်ရစ်မှာပါပဲ။ သူ့ကိုတော့ ကိုယ်ကဘာမှ ထိန်းချုပ်လို့ မဖြစ်နိုင်တော့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်သာ စိတ်ထဲမှာ ဖြစ်နေတဲ့ မပြေလည်မှုတွေကို ရှင်းလို့ ရနိုင်ခြင်းပါ။

ထိုသို့ စိတ်ထဲ အဖုအထစ်ဖြစ်နေတဲ့အခါ ''သူဟာ ငါမဟုတ်ဘူး၊ သူလည်း သူ့စိတ်နဲ့သူ၊ ငါလည်း ငါ့စိတ်နဲ့ငါဆိုတော့ မတူညီနိုင်ဘူး''လို့ ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းပြီး အဲဒီစိတ်အရှုပ်အထွေးကို ဦးခေါင်းထဲက ဖယ်ထုတ်ပစ်လိုက်ရင် စိတ်ထဲမှာ ရှင်းလင်းနေမှာပါ။

ဒါမှမဟုတ် ဖြစ်နေတဲ့အကြောင်းအရာကို သေချာပြန်ကြည့်လိုက်ပါ၊ သာမန်ကိစ္စဖြစ်နေတာ များပါတယ်။ သာမန်ကိစ္စဖြစ်နေရင် ''ဒီကိစ္စဟာ ဘာမှအရေးမကြီးပါဘူး''လို့ စဉ်းစားပြီး ဥပေက္ခာပြုလိုက်ရင်လည်း ထိုပြဿနာဟာ အေးငြိမ်းသွားမှာပါ။

ဖြစ်နေတဲ့အကြောင်းအရာက ကြီးနေရင်လည်း ''ဒီကိစ္စကို သူလက်မခံနိုင်သေးဘဲ ရှင်းပြလိုက်ရင် သူလည်းစိတ်ဆင်းရဲ ကိုယ်လည်းစိတ်ဆင်းရဲနေပါလိမ့်မယ်၊ သူလက်ခံမှပဲပြောပြတာ ကောင်းပါတယ်'' လို့ အသိဉာဏ်နဲ့ ဆင်ခြင်ပြီး နေလိုက်ရင်လည်း သူနဲ့ပတ်သက်တဲ့ အဖုအထစ်က ငြိမ်းသွားတော့ ကိုယ့်စိတ်မှာ ကြည်လင်အေးချမ်းနေမှာပါ။

တရားအားထုတ်မယ့်ပုဂ္ဂိုလ်ဆိုတာ ဘယ်ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးကိုမဆို ပြေလည်အောင်ဆက်ဆံနိုင်ရမှာပါ။ ဆက်ဆံရေးတွေ မပြေလည်ဘဲ တရားအားထုတ်နေရင် ထိုမပြေလည်တဲ့ စိတ်အခုအခံကြောင့် အားထုတ်နေတဲ့ တရားအလုပ်ဟာ ရပ်နေတတ်ခြင်းပါ။ ကမ္မဋ္ဌာန်း အာရုံပေါ်မှာ ကပ်နေအောင် ဆက်အားထုတ်လို့ မရတော့ဘဲ အတွေးအာရုံတွေနဲ့ လုံးထွေးပြီး အချိန်ကုန်နေတတ်ခြင်းပါ။

ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံပေါ်မှာကပ်ပြီး တရားအလုပ်ကို ဆက်အားထုတ်ချင်တယ်ဆိုရင်တော့ အများနဲ့အဆင်မပြေတဲ့ အဖုအထစ်တွေကို အရင်ဖြေရှင်းရမှာပါ။ နောက်နောင်လည်း ဒီလိုစိတ်ထဲမှာ အခုအခံ ဖြစ်ကျန်ရစ်မယ့် ကိစ္စကို မဖြစ်အောင် နှလုံးသွင်း ဆင်ခြင်တတ်ဖို့ စိတ်ထားတတ်ဖို့ လိုမှာပါ။

ဥတုဖာသုက

ရာသီဥတုကြမ်းရင် အပူလွန်ကဲမှု အအေးလွန်ကဲမှုတွေ ဖြစ်တတ်ခြင်းပါ။ သိပ်ပူလွန်းနေမှုကို ဂရုမစိုက်ဘဲ အကာအကွယ်မရှိ သွားလာနေထိုင်မယ်ဆိုရင် ကိုယ်ကသွေးသားနဲ့ တည်ဆောက်ထားတဲ့ သက်ရှိလူသားဖြစ်နေတော့ ကိုယ်ပဲခံရမှာပါ။ ဥတုကတော့ သက်မဲ့ဖြစ်လို့ ဘာမှမဖြစ်ပါ။ သိပ်အေးလွန်းမှုကို အံတုရင်လည်း ကိုယ်ပဲခံရမှာပါ။

သိပ်ပူနေမှုကို မခံနိုင်လို့ အအေးခံလွန်းခြင်းမျိုး၊ သိပ်အေးနေမှုကို မခံနိုင်လို့ အပူခံလွန်းခြင်းမျိုးများဟာ သဘာဝကို ဆန့်ကျင်နေခြင်းကြောင့် ရောဂါဖြစ်ခြင်းရဲ့အကြောင်းတွေ ဖြစ်လာခြင်းပါ။ အသက်ငယ်လို့ ကျန်းမာရေးကောင်းစဉ်မှာ မသိသာပေမယ့် အသက်အရွယ်ရလာရင်တော့ သိသာလာပါပြီ။ ဒါကြောင့် အပူအအေးကို မျှတအောင်ပဲ အသုံးပြုတတ်ရမှာပါ။

စိတ်နဲ့ရုပ်တို့ရဲ့ ဥတုနဲ့ပတ်သက်ပြီး သဘာဝဖြစ်စဉ်ကို နားလည်ထားရမှာပါ။ စိတ်ရဲ့သဘောသည် အအေးကိုကြိုက်ပြီး ရုပ်ရဲ့သဘောကတော့ အပူကို ကြိုက်ခြင်းပါ။ ပူအိုက်နေချိန်မှာ စိတ်က အအေးကြိုက်တော့ အဲကွန်းလေ ပန်ကာလေတို့ကို သဘောကျသလို ရေခဲရေကိုလည်း သဘောကျခြင်းပါ။ ထိုအရာတွေကို အသုံးပြုပါများလာရင် ရောဂါရဖို့ လွယ်ကူနေတာပါ။

ထိုပူအိုက်တဲ့ရာသီမှာ ရေနွေးကြမ်းသောက်ပြီး ချွေးတစ်လုံးလုံးနဲ့နေရင် စိတ်ထဲမှာ အနေခက်ပေမယ့် ရုပ်ခန္ဓာကိုယ်ကြီးကတော့ ကျန်းမာသန်စွမ်းလို့ ကိစ္စမှန်သမျှကို လွယ်ကူစွာ ဆောင်ရွက်နိုင်ခြင်းပါ။ ဒါကြောင့် ရှေးပညာရှိများက ဥတုနဲ့ပတ်သက်ပြီး "စိတ်ကြိုက် မလိုက်ရဘူး။ ရုပ်ကြိုက် လိုက်ရမယ်"လို့ အမိန့်ရှိခဲ့ကြတာပါ။

သို့ပေမယ့် လူအများစုဟာ ဥတုရာသီသဘာဝများကို လက်မခံဘဲ အံတုဖို့ ကြိုးစားနေကြခြင်းပါ။ မည်သို့ပင် အံတုဖို့ ကြိုးစားကြပေမယ့် သဘာဝတရားကတော့ သဘာဝအတိုင်းပင် ဖြစ်နေတာပါ။ သဘာဝတရားကို ကိုယ့်အလိုကျဖြစ်ဖို့ထက် သဘာဝတရားအတိုင်း ကိုယ်က လိုက်လျောညီထွေမှုတအောင်နေတတ်ရင် စိတ်ချမ်းသာမှာပါ။

တရားစခန်းဝင်က ဖာသုကရှိမှ အဆင်ပြေ

တရားအားထုတ်နေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်များ ဖာသုကတရားနဲ့ ပြည့်စုံမှ တရားထူးရပုံအကြောင်းကို ပြောပြမှာပါ။ ဗုဒ္ဓသည် သာဝတ္ထိမြို့တော် ဇေတဝန်ကျောင်း၌ သီတင်းသုံးနေတော်မူစဉ် ရဟန်းတော်အပါး(၆၀)တို့သည် ဗုဒ္ဓထံမှ တရားတောင်းယူပြီး ကောသလတိုင်းနိုင်ငံ တောင်ခြေရင်း တစ်ခုတွင် ရှိသော မာတိကရွာသို့ ရောက်လာကာ ဆွမ်းခံကြခြင်းပါ။ ထိုရွာအကြီးအကဲရဲ့မိခင် **မာတိကမာတာ**က အိမ်ကိုပင့်ဖိတ်၍ ဆွမ်းကပ်လှူပြီး အကြောင်းအကျိုးမေးရာ ဝါဆိုဖို့ နေရာရှာနေကြောင်းသိရသဖြင့် ရွာအနီးအနားမှာ ဝါဆိုဖို့ လျှောက်ထားပြီး သင့်တော်တဲ့နေရာမှာ ကျောင်းဆောက် လှူဒါန်းတာပါ။

ထိုကျောင်း၌ ဝါဆိုတော်မူကြ၍ တရားအလုပ် လုပ်ဖြစ်ဖို့အတွက် ဆွမ်းခံချိန်နဲ့ မထေရ်ကြီးထံသို့ သွားချိန်ကလွဲလို့ အတူတူမနေကြဘဲ တစ်ပါးတည်းသာ နေရမယ်။ တကယ်လို့ ကျန်းမာရေးမကောင်းဖြစ်ခဲ့ရင် တုံးမောင်းခေါက်အကြောင်းကြားပါ၊ အခြားရဟန်းတော်များက ပြုစုစောင့်ရှောက် ကုသကြမယ်လို့ ကတိကဝတ် ထားကြခြင်းပါ။

တစ်နေ့တွင် ညနေချမ်းအခါ မာတိကမာတာသည် အိမ်မှအခိုင်း အစေများနဲ့အတူ ရဟန်းတော်များကို လှူဖို့ ကျောင်းသွားရာ ရဟန်းတော်များ မတွေ့ရသဖြင့် မေးရာ တုံးမောင်းခေါက်ရင် ကြွလာမှာဖြစ်ကြောင်း ပြောပြတော့ တုံးမောင်းခေါက်ခိုင်းတာပါ။

တုံးမောင်းခေါက်သံကြားရသဖြင့် တစ်နေရာမှ တစ်ပါးစီသာ ထွက်လာကြပြီး ကျောင်းတိုက်အလယ်သို့ ကြွလာကြခြင်းကို မာတိကမာတာ မြင်တော့ အတူတူမကြွဘဲ တစ်ပါးစီသာ ကြွလာရတဲ့အကြောင်းကို မေးသဖြင့် ရဟန်းတော်များက တစ်နေရာ၌ တစ်ပါးစီသာ နေထိုင်ပြီး ရဟန်းတရား အားထုတ်နေတာဖြစ်ကြောင်း ရှင်းပြကြခြင်းပါ။

ရဟန်းတရားဆိုတာ **(၃၂)ကောဋ္ဌာသ** ကမ္မဋ္ဌာန်းကို စီးဖြန်းပြီး ဒီခန္ဓာကိုယ် အတ္တဘောကြီး၌ ပျက်စီးခြင်းသဘောကို ဉာဏ်နဲ့မြင်အောင် အားထုတ်ရကြောင်း ပြောပြရာ မာတိကမာတာက သူမကိုလည်း သင်ပြပေးဖို့ လျှောက်ထားသဖြင့် ထိုတရားဘာဝနာ အားထုတ်နည်းကို သင်ပေးတော်မူကြ ခြင်းပါ။

ရဟန်းတော်များ လိုအပ်သော ဖာသုက

မာတိကမာတာသည် ထိုဘာဝနာကို သင်ယူပြီး အမြဲမပြတ် အားထုတ် ရာ ပါရမီထူးရှိသဖြင့် ရဟန်းတော်များအရင် အနာဂါမ်ဖြစ်သွားပြီး ပဋိသမ္ဘိဒါ လေးပါးနဲ့ လောကီအဘိညာဉ်တွေကိုလည်း ရရှိခြင်းပါ။

မာတိကမာတာသည် အနာဂါမိဖလသမာပတ်မှထ၍ ဒိဗ္ဗစက္ခု အဘိညာဉ်ဖြင့် ရဟန်းတော်များကို တရားထူးရ,မရ ကြည့်ရှုစစ်ဆေးတဲ့အခါ

စျာန်သမာဓိမျှ ဝိပဿနာဉာဏ်မျှ မရသေးခြင်းကို တွေ့ရသဖြင့် အရဟတ္တဖိုလ်ရနိုင်ကြောင်း ရှိ,မရှိ ဆက်ကြည့်ပြန်ရာ ရရှိနိုင်ကြောင်း သိလိုက်ရခြင်းပါ။

ဘာတွေလိုအပ်နေသလဲလို့ စဉ်းစားပြီး သန့်ရှင်း၍ တိတ်ဆိတ်ငြိမ်သက်တဲ့နေရာ ကျောင်းဟုတ်,မဟုတ်ကြည့်လိုက်တဲ့အခါ ဟုတ်နေခြင်းပါ (သေနာသနဖာသုက)။ ရဟန်းတော်အချင်းချင်းအဆင်ပြေ,မပြေ ကြည့်ပြန်တော့ ပြေနေတာပါ(ပုဂ္ဂလဖာသုက)။ အချင်းချင်း ညီညွတ်နေရင် စိတ်ချမ်းသာမှုဆိုတာရခြင်းပါ(စိတ္တဖာသုက)။ စိတ်ချမ်းသာနေရင် ကိုယ်လည်း ချမ်းသာမှုရနေတာပါ(သရီရဖာသုက)။ ကိုယ်စိတ် ချမ်းသာမှုဟာ အပူအအေး မျှတနေလို့ပါ (ဥတုဖာသုက)။

တစ်ခုပြီး တစ်ခုလိုက်ကြည့်နေခြင်းပါ။ ပြည့်စုံနေမှုချည်း တွေ့နေရတာပါ။ နောက်ဆုံး အစာအာဟာရ ပြည့်စုံလုံလောက်မှု ရှိ,မရှိ ကြည့်လိုက်တော့မှ လိုအပ်နေကြောင်းသိရသဖြင့် မာတိကမာတာသည် ယာဂုအမျိုးမျိုး၊ ခဲဖွယ်အမျိုးမျိုး၊ အရသာအစုံရှိသော ဘောဇဉ်အမျိုးမျိုးတို့ကို သေချာစီမံချက်စေပြီး ရဟန်းတော်များကို အိမ်သို့ပင့်ဖိတ်ကာ နှစ်သက်ရာ ယာဂုခဲဖွယ်ဘောဇဉ်တို့ကိုယူပြီး အလိုရှိသလို ဘုဉ်းပေးကြဖို့ လျှောက်ထား၍ လှူဒါန်းခြင်းပါ။

ရဟန်းတော်များသည် လိုအပ်သော အစာအာဟာရကို ဘုဉ်းပေးရသဖြင့် စိတ်တည်ကြည်မှုရကြတာပါ။ ထိုသမာဓိဖြင့် **(၃၂)ကောဋ္ဌာသ** ကမ္မဋ္ဌာန်းနဲ့**ဝိပဿနာ**ကို ရှုပွားကြရာ ဝါကျွတ်ခါနီးအချိန်တွင် **ပဋိသမ္ဘိဒါ** လေးပါးနဲ့ ရဟန္တာ ဖြစ်တော်မူခြင်းပါ။

သာမန်ရဟန်းတစ်ပါးအကြောင်း

ရဟန္တာဖြစ်တော်မူကြတဲ့ ရဟန်းတော်များသည် ဝါကျွတ်တဲ့အခါ ပဝါရဏာပြုပြီး မာတိကမာတာကို အကြောင်းကြားကာ ဗုဒ္ဓထံသို့ သွားကြ၍ အကြောင်းစုံလျှောက်ထားကြရာ သာမန်ရဟန်းတစ်ပါးသည် ထိုမာတိက မာတာရဲ့ ကောင်းသတင်းကို ကြားရသဖြင့် သွားလိုစိတ်ဖြစ်ပေါ်လာပြီး ဗုဒ္ဓ ထံမှာ ကမ္မဋ္ဌာန်းတောင်းယူလျှက် ထိုရွာကို ထွက်လာခဲ့ခြင်းပါ။

ထိုရွာကျောင်းကို ရောက်ပြန်တော့ ရဟန်းသည် ခရီးပင်ပန်းနေသဖြင့် ကျောင်းသန့်ရှင်းရေး လုပ်ပေးမယ့်ပုဂ္ဂိုလ်၊ ဖျော်ရည်၊ မနက်အရုဏ်ဆွမ်းတို့ကို စီမံပေးပို့ရန် တောင့်တခြင်း၊ နေ့ဆွမ်းကို မာတိကမာတာကိုယ်တိုင် လာကပ်ဖို့ တောင့်တခြင်းတို့ကို တောင့်တလိုက်ရာ အားလုံးကို မာတိကမာတာက ပြုလုပ်ပေးခြင်းပါ။

နေ့ဆွမ်းစားပြီးတဲ့အခါ ရဟန်းက မာတိကမာတာကို

"ဒကာမကြီးက မာတိကမာတာလား"

"မှန်ပါအရှင်ဘုရား"

"ဒကာမကြီးက သူများစိတ်အကြံကိုသိပါသလား"

"ဘာကြောင့်များ မေးရတာလဲ အရှင်ဘုရား"

"ဒကာမကြီးက ဦးပဉ္စင်းတောင့်တတိုင်း ပြုလုပ်ပေးလို့ မေးရခြင်းပါ"

"သူများစိတ်ကို သိတဲ့ ရဟန်းတွေများစွာ ရှိကြပါတယ် အရှင်ဘုရား"

"ဦးပဉ္စင်းက သူများကို မေးတာမဟုတ်ပါ။ ဒကာမကြီးကိုသာ မေးတာပါ" ဒီလိုမလွှဲသာ မရှောင်သာအောင် မေးပေမယ့်လည်း မာတိကာမာတာက

"သူများစိတ်အကြံကို တပည့်တော်သိပါတယ် အရှင်ဘုရား"လို့ မဖြေဘဲ

"သူများစိတ်အကြံကို သိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်များဟာ ဒီလိုပြုလုပ်တတ်ကြတာပါ အရှင်ဘုရား"လို့ ပြောပြခြင်းပါ။

သူတော်ကောင်းဆိုတာ ကိုယ်ရထားတဲ့ တရားကို ကြွားဝါရာရောက်မှာစိုးလို့ ပြောရမှာဝန်လေးနေတတ်ခြင်းပါ။ မရသေးတဲ့တရားကို ဘယ်နည်းနဲ့မှ မပြောပါ။ သူတော်ကောင်း မဟုတ်ရင်တော့ မရသေးတာကို အရလုပ်ပြီး ကြွားဝါတတ်သလို နည်းနည်းလောက်သိခဲ့ရင် များများသိသယောင် ဟန်ဆောင်တတ်ခြင်းပါ။

မာတိကမာတာစကားကို ကြားရတဲ့အခါ ထိုရဟန်းသည် တွေးပြီး ဒီကျောင်းမှာနေဖို့ ကြောက်စိတ် စိုးရိမ်စိတ်ဝင်ကာ အခက်အခဲ ဖြစ်လာခြင်းပါ။

"ပုထုဇဉ်စိတ်ဆိုတာ ကောင်းတာကြံစည်နေတာထက် မကောင်းတာကို ကြံစည်နေမှုက များတာ၊ တကယ်လို့ ငါမကောင်းတာ ကြံစည်နေတာကို ဒကာမကြီး သိသွားရင် ခိုးယူထားတဲ့ ပစ္စည်းတွေနဲ့ လက်ပူးလက်ကြပ်မိတဲ့ ခိုးသူလို ငါဟာ အကြီးအကျယ် ဒုက္ခဖြစ်လို့ အရှက်ကွဲလိမ့်မယ်။ ဒါကြောင့် ဒီကျောင်းက မြန်မြန်ပြန်မှ ကောင်းမယ်" လို့ စဉ်းစားပြီး ...

"ဒကာမကြီး ဦးပဉ္ဇင်းပြန်တော့မယ်"

"ဘယ်ကို ပြန်မှာလဲအရှင်ဘုရား"

"ဗုဒ္ဓအထံတော်ကို ပြန်မှာပါ"

"ဒီကျောင်းမှာ သီတင်းသုံးနေကြည့်ပါဦးလား အရှင်ဘုရား"

"ဒကာမကြီး ဦးပဉ္ဇင်း မနေနိုင်ပါဘူး၊ ဗုဒ္ဓဆီကို ပြန်ပါရစေ" လို့ ပြောကာ ဗုဒ္ဓဆီကို ပြန်သွားခြင်းပါ။

ဗုဒ္ဓထံမှောက်ရောက်သောအခါ ဗုဒ္ဓက

"ချစ်သား အဲဒီအရပ်က ဘာဖြစ်လို့ ပြန်လာခဲ့ရသလဲ"

"မြတ်စွာဘုရား အဲဒီကျောင်းမှာ မနေရဲပါ၊ နေဖို့လည်း မစွမ်းနိုင်ပါ"

"ဘာကြောင့်များ မနေရဲရတာလဲ ချစ်သား" လို့ မေးတော့ ရဟန်းက အကြောင်းစုံလျှောက်ထားရာ ဗုဒ္ဓက

"ချစ်သား အဲဒီကျောင်းကိုပဲ သင်နေဖို့ သင့်တယ်"

"မြတ်စွာဘုရား တပည့်တော် မနေရဲပါဘုရား"

"ဒါဆိုရင် ချစ်သား တစ်ခုတည်းကိုသာ စောင့်ရှောက်ထိန်းသိမ်းနေရမယ်ဆိုရင်ရော"

''မြတ်စွာဘုရား တစ်ခုတည်းဆိုတာ ဘာကိုဆိုလိုတာပါလဲ အရှင်ဘုရား''

''တစ်ခုတည်းဆိုတာ ချစ်သားရဲ့စိတ်ပါပဲ၊အဲဒီစိတ်ဟာ ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ဖို့ ခက်ခဲတယ်၊ အခြားတစ်စုံတစ်ခုကို မကြံမိအောင် ချစ်သားရဲ့ စိတ်ကိုသာ ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ပါ'' လို့ မိန့်တော်မူပြီး

ဒုန္နိဂ္ဂဟဿ လဟုနော၊ ယတ္ထကာမနိပါတိနော။

စိတ္တဿ ဒမထော သာဓု၊ စိတ္တံ ဒန္တံ သုခါဝဟံ။

''အလွန်ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ရခက်ခဲသော လျှင်မြန်စွာ ဖြစ်ခြင်း ချုပ်ခြင်းရှိသော အလိုရှိရာ နှစ်သက်ပျော်စရာ အာရုံမျိုးစုံ၌ ကျရောက်တတ်သော စိတ်ကို တည်ငြိမ်ယဉ်ကျေးအောင် ဆုံးမခြင်းသည် ကောင်းမြတ်သည်။ ဆုံးမပြီး၍ တည်ငြိမ်ယဉ်ကျေးသောစိတ်သည် မဂ် ဖိုလ် နိဗ္ဗာန် သုံးတန်သောချမ်းသာကို ဆောင်တတ်သည်''လို့ ဆက်လက်မိန့်တော်မူတာပါ။

ဒေသနာတော်အဆုံးမှာ တရားနာပရိသတ်အပေါင်းတို့သည် သောတာပန်စသည် ဖြစ်ကြခြင်းပါ။ ဗုဒ္ဓသည် ထိုရဟန်းကို

''ချစ်သား အဲဒီကျောင်းကို ပြန်သွားပါ၊ အခြားမကောင်းမှု တစ်ခုခုကို မကြံမတွေးမိအောင် စိတ်ကိုထိန်းသိမ်း စောင့်ရှောက်ပါ'' လို့ ဆုံးမဩဝါဒပေးပြီး ပြန်သွားခိုင်းတော်မူခြင်းပါ။

ထိုရဟန်းသည် ဗုဒ္ဓထံမှ အဆုံးအမကိုရပြီး ယင်းကျောင်းသို့ ပြန်သွားကာ ပြင်ပအာရုံမျိုး မကြံစည်မိအောင် သတိနဲ့ဉာဏ်နဲ့ ထိန်းသိမ်းကာ တရားကို ကြိုးစားအားထုတ်နေခြင်းပါ။ မာတိကမာတာသည် ဒိဗ္ဗစက္ခု အဘိညာဉ်ဖြင့် ကြည့်သောအခါ ထိုရဟန်းကို မြင်၍ ''အခု အဆုံးအမ

ပေးတော်မူတတ်တဲ့ ဆရာဗုဒ္ဓကို တွေ့ရပြီး ငါ့သားရဟန်း ပြန်လာတယ်''လို့ မိမိဉာဏ်ဖြင့် ဆင်ခြင်ကာ သင့်တော်တဲ့ ဆွမ်းစသည်ကို စီမံပြီး ထိုရဟန်းအား လှူဒါန်းခြင်းပါ။

ရဟန်းသည် သင့်တော်တဲ့ဆွမ်းစသည်ကို သုံးဆောင်ရပြီး တရားကို ကြိုးစားအားထုတ်ရာ နှစ်ရက်သုံးရက်ဖြင့်သာ ရဟန္တာဖြစ်တော်မူတာပါ။ အရဟတ္တဖိုလ်ချမ်းသာကို ဝင်စားကာ

''အံ့ဩစရာကောင်းလိုက်တာ၊ ဒကာမကြီးဟာ ငါ့ရဲ့မှီရာကိုးရာပဲ၊ ငါဟာ ဒီဒကာမကြီးကို အမှီပြု၍ သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်ခဲ့ရပေပြီ'' လို့ စဉ်းစား ဆင်ခြင်ခြင်းပါ။ (**မမူပဒ-ဌ၊ ၁၊ ၁၇၃။ အညတရဘိက္ခုဝတ္ထု**)

ရဟန်းတော်(၆၀)တို့၏ အဝိကလိုအပ်ချက်

မာတိကမာတာစောင့်ရှောက်မှုဖြင့် ရဟန္တာဖြစ်သွားတဲ့ ရဟန်းတော်များ ကိုလေ့လာကြည့်တဲ့အခါ ရဟန်းတော်(၆၀)တို့သည် သန့်ရှင်းပြီး တိတ်ဆိတ် ငြိမ်သက်တဲ့နေရာရလို့ **သေနာသနဖာသုက** ဖြစ်နေခြင်း၊ ရဟန်းတော်များ အချင်းချင်းမှာလည်း အဆင်ပြေ ညီညွတ်ကြလို့ **ပုဂ္ဂလဖာသုက** ဖြစ်နေခြင်း၊ ရာသီဥတုကလည်း ကောင်းမွန်မျှတနေလို့ **ဥတုဖာသုက** ဖြစ်နေခြင်းတို့ကြောင့် စိတ်ချမ်းသာတဲ့ **စိတ္တဖာသုက**၊ ကိုယ်ချမ်းသာတဲ့ **သရီရဖာသုက**တို့လည်း ဖြစ်နေကြမှာပါ။

သို့ပေမယ့် မိမိလိုတဲ့ အစာအာဟာရကို ရခြင်းဆိုတဲ့ **အာဟာရ ဖာသုက**,ကတော့မရှိကြပါ။ ထိုလိုအပ်ချက်ကို မာတိကမာတာက ပံ့ပိုး ပေးလိုက်လို့ ဖာသုက(၆)မျိုး ပြည့်စုံသွားတဲ့အခါ တရားဘာဝနာကို

ကြိုးစားအားထုတ်တော်မူကြသဖြင့် မပင်မပန်းဘဲ လွယ်လွယ်ကူကူနဲ့ တရားထူးတွေ ရသွားကြခြင်းပါ။

ထိုအရှင်မြတ်တွေ အားထုတ်နေတဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းက (၃၂)ကောဋ္ဌာသပါ။ ဒီကမ္မဋ္ဌာန်းကို အခြေခံပြီး ဒီရုပ်ခန္ဓာကိုယ် အတ္တဘောမှာ ပျက်နေတဲ့သဘောကို ဉာဏ်နဲ့မြင်အောင်၊ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တသဘောတွေကို ဉာဏ်နဲ့ရှင်းရှင်း လင်းလင်းသိအောင် ဝိပဿနာရှုလို့ ရဟန္တာဖြစ်သွားတော်မူကြတာပါ။

ကိုယ့်ဉာဏ်နဲ့မမီတဲ့အရာတွေဌ် (၃၂)ကောဋ္ဌာသသည် သမထ ကမ္မဋ္ဌာန်းဆိုပြီး အထင်အမြင်သေးသဖြင့် အပြောအဆို မှားမိမှာစိုးလို့ သတိ ပေးစကား ပြောပြရခြင်းပါ။ အချို့ဆရာတော်ကြီးများက ဝိပဿနာ တိုက်ရိုက် ရှုခိုင်းရခြင်းမှာ ဘယ်သမထကမ္မဋ္ဌာန်းပင် အားထုတ်အားထုတ် ဝိပဿနာ အလုပ်ကို ဆက်လုပ်ရတာမို့ ဝိပဿနာကိုပဲ အဓိကထားပြီး ညွှန်ကြားတော် မူခြင်းပါ။

ဝိပဿနာကို တိုက်ရိုက်ရှုပွားလို့ တရားထူးတရားမြတ် ရနိုင်သလို သမထကမ္မဋ္ဌာန်းကို အခြေခံထား၍ ဝိပဿနာရှုသဖြင့် ရဟန္တာဖြစ်ကြောင်း တွေကို လေ့လာပြီး နားလည်သဘောပေါက်ထားရင် ပြောမှားဆိုမှား အတွေး အထင်မှားတွေ မဖြစ်တော့ ကိုယ်လိုရာ ပန်းတိုင်ကို လွယ်ကူစွာ ရောက်နိုင်မှာပါ။

သာမညရဟန်းတော်၏ အဓိကအကြောင်းရင်း

သာမန်ရဟန်းတော် တစ်ပါးအကြောင်းကို လေ့လာကြည့်ရအောင်ပါ။ ထိုရဟန်းတော်မှာ စိတ်ချမ်းသာမှု= **စိတ္တဖာသုက** မဖြစ်ခြင်းကို အဓိက တွေ့ရခြင်းပါ။ စိတ်ချမ်းသာမှု မရှိတော့ ကိုယ်လည်း မချမ်းသာဘူးပေါ့၊

ဒါကြောင့် မာတိကမာတာရဲ့ကျောင်းမှာ မနေနိုင်တာပါ။ ဒီစိတ်ပြဿနာကို ပြေလည်စေဖို့ ဗုဒ္ဓက စိတ်ကိုထိန်းတဲ့နည်း တရားအားထုတ်တဲ့လမ်းစဉ်နဲ့ ပြောရရင် စိတ်ကိုသတိနဲ့စောင့်ကြည့်တဲ့ **စိတ္တာနုပဿနာ** သတိပဋ္ဌာန်ကို ထိုရဟန်းတော်အား မိန့်ကြားတော်မူခြင်းပါ။

ပုထုဇဉ်စိတ်ဆိုတာ အခြားတစ်စုံတစ်ခု အာရုံကိုမတွေးမိအောင် စိတ်ကို ထိန်းထားပေမယ့် တွေးဖြစ်နေတတ်ခြင်းပါ။ ဒီအတွေးကို ဖြစ်ကြော မရှည်ရအောင် သတိနဲ့စောင့်ကြည့်ပြီး ထိန်းသိမ်းဖို့ လိုတာပါ။ ပေါ်လာသမျှ အတွေးကို ဒီလိုသတိနဲ့ စောင့်ထိန်းပြီးနေရင် အလွန်လျှင်မြန်တဲ့ အထိန်းရခက်တဲ့ စိတ်ကို ထိန်းသိမ်းလာနိုင်မှာပါ။

ထိန်းသိမ်းပါများလို့ သမာဓိတွေ အားကောင်းလာတဲ့အခါ ရုပ်သဘာဝ နာမ်သဘာဝတွေကို အမှန်အတိုင်းသိလာခြင်းပါ။ အဲဒီလို အမှန်အတိုင်း သိမြင်လာတော့ ဝိပဿနာဉာဏ်တွေ ဖြစ်လာပြီး မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် နိဗ္ဗာန်ကို ရသွားတဲ့အခါ စိတ်ကို ကောင်းစွာဆုံးမနိုင်သဖြင့် ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့သော စိတ်ရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်လာခြင်းပါ။

ထိုရဟန်းတော်ဟာ ဗုဒ္ဓရဲ့အဆုံးအမတော်ကို ရိုသေစွာ ခံယူပြီး မာတိကမာတာရဲ့ စီစဉ်ပေးမှု ဆွမ်းခဲဘွယ်ဘောဇဉ်ဆိုတဲ့ **အာဟာရဖာသုက** အထောက်အပံ့နဲ့ တရားဘာဝနာကို အထူးကြိုးစား အားထုတ်ရာ နှစ်ရက် သုံးရက်ဆိုတဲ့ ရက်အနည်းငယ်အတွင်းမှာ တရားထူးတရားမြတ် ရသွားခြင်းပါ။

လောကအလုပ်ပဲဖြစ်ဖြစ် ဓမ္မအလုပ်ပဲဖြစ်ဖြစ် လုပ်နေတဲ့အခါ လူတိုင်းမှာ အခက်ခဲသည် ရှိနေခြင်းပါ။ ထိုအခက်အခဲကို ကြောက်လန့်ပြီး ရှောင်ထွက်ပြေးစရာ မလိုပါ။ မကြောက်မရွံ့ ရင်ဆိုင်ရဲတဲ့ အစွမ်းသတ္တိ

ရှိဖို့လိုမှာပါ။ ထိုသို့ အစွမ်းသတ္တိရှိဖို့အတွက် ဆရာသမား, ပညာရှိသူတော်ကောင်းများရဲ့ လမ်းညွှန်ဆုံးမမှုကို ရိုသေလေးစားစွာ ခံယူတတ်ဖို့ လိုအပ်တာပါ။

ပြီးတော့ ထိုဆုံးမမှုအတိုင်း သေချာလိုက်နာကျင့်သုံးဖို့ လိုမှာပေါ့။ အဲဒီလိုသာ လိုက်နာကျင့်သုံးနိုင်ရင် အခက်အခဲအားလုံးကို ရင်ဆိုင်ဖြတ်ကျော်ရဲပြီး လိုလားတဲ့ပန်းတိုင်ဆိုတာ ရောက်သွားမှာပါ။ ပရိကံအကြောင်းတွေပြောပြလာတာ စုံသလောက်ရှိသွားပါပြီ။ အသုံးချတတ်ဖို့ပဲ လိုတော့မှာပါ။

တရားအားမထုတ်မီဖြစ်စေ အားထုတ်ပြီးမှ ဖြစ်စေ....

ဣဒံ မေ ပုညံ မဂ္ဂဖလဉာဏဿ ပစ္စယော ဟောတု။

တပည့်တော်၏ ယခုပြုလုပ်ရသည့် ကုသိုလ်ကောင်းမှု အကြောင်းစုသည် မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် နိဗ္ဗာန်၏အကြောင်းအထောက်အပံ့ ဖြစ်ရပါလို၏လို့ ဆုတောင်းပတ္ထနာပြုပြီး တရားတော်ကို မလွတ်ရအောင် သတိနဲ့ဉာဏ်နဲ့ အထူးအားထုတ်ရမှာပါ။ အဲဒီလို ကြိုးစားအားထုတ်နိုင်ကြသဖြင့် ယောဂီအပေါင်းတို့သည် မိမိတို့ရဲ့ အဓိကပန်းတိုင် မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် နိဗ္ဗာန်ကို လျှင်မြန်စွာ ရနိုင်ကြပါစေ။

ဆရာတော် ဦးဃောသိတာဘိဝံသ
ပေတ္တာနန္ဒဝိဟာရဓမ္မရိပ်သာ
ဖရီးမောင့်မြို့ ကာလီဖိုးနီးယားပြည်နယ်
အမေရိကန်နိုင်ငံ

ကျမ်းကိုးများ

၁။ ပရိဝါရပါဠိတော်၊ ကမ္ဘာအေးစာပုံနှိပ်တိုက်၊ ကမ္ဘာအေး၊ ရန်ကုန်၊ ၂၀၁၀။
၂။ အင်္ဂုတ္တရနိကာယပါဠိတော်၊ ပထမအုပ်၊ သာသနာရေးဦးစီးဌာန ပုံနှိပ်တိုက်၊ ကမ္ဘာအေး၊ ရန်ကုန်၊ ၁၉၉၁၊ အဋ္ဌမအကြိမ်။
၃။ အင်္ဂုတ္တရနိကာယပါဠိတော်၊ ဒုတိယအုပ်၊ ကမ္ဘာအေးစာပုံနှိပ်တိုက်၊ ကမ္ဘာအေး၊ ရန်ကုန်၊၂၀၁၀။
၄။ အင်္ဂုတ္တရနိကာယပါဠိတော်၊ တတိယအုပ်၊ ကမ္ဘာအေးစာပုံနှိပ်တိုက်၊ ကမ္ဘာအေး၊ ရန်ကုန်၊ ၂၀၁၀။
၅။ ဥပရိပဏ္ဏာသပါဠိတော်၊ ကမ္ဘာအေးစာပုံနှိပ်တိုက်၊ ကမ္ဘာအေး၊ ရန်ကုန်၊ ၂၀၀၅။
၆။ မဟာဝဂ္ဂသံယုတ္တပါဠိတော်၊ ကမ္ဘာအေးစာပုံနှိပ်တိုက်၊ ကမ္ဘာအေး၊ ရန်ကုန်၊ ၂၀၁၀။
၇။ ခုဒ္ဒကနိကာယပါဠိတော်၊ ဒုတိယအုပ်၊ ကမ္ဘာအေးစာပုံနှိပ်တိုက်၊ ကမ္ဘာအေး၊ ရန်ကုန်၊ ၂၀၁၀။
၈။ ပရိဝါရအဋ္ဌကထာ၊ အင်တာနေရှင်နယ်ပုံနှိပ်တိုက်၊ ရန်ကုန်၊ ၁၉၉၁၊ ဒုတိယအကြိမ်။
၉။ အင်္ဂုတ္တရနိကာယအဋ္ဌကထာ၊ ပထမ၊ ဗုဒ္ဓသာသနာအဖွဲ့ပုံနှိပ်တိုက်၊ ကမ္ဘာအေး၊ ရန်ကုန်၊ ၁၉၆၀။
၁၀။ အင်္ဂုတ္တရနိကာယအဋ္ဌကထာ၊ ဒုတိယ၊ ကမ္ဘာအေးပုံနှိပ်တိုက်၊ ကမ္ဘာအေး၊ ရန်ကုန်၊ ၁၉၅၀။

၁၁။ အင်္ဂုတ္တရနိကာယအဋ္ဌကထာ၊ တတိယ၊ ဣန္ဒြာသယ ပိဋကပုံနှိပ်တိုက်၊ လသာ၊ ရန်ကုန်၊ ၂၀၀၃။

၁၂။ ဓမ္မပဒအဋ္ဌကထာ၊ ပထမ၊ သာသနာရေးဦးစီးဌာနပုံနှိပ်တိုက်၊ ကမ္ဘာအေး၊ ရန်ကုန်၊ ၁၉၉၂၊ ဒုတိယအကြိမ်။

၁၃။ ဓမ္မပဒအဋ္ဌကထာ၊ ဒုတိယ၊ ဣန္ဒြာသယပိဋကပုံနှိပ်တိုက်၊ လသာ၊ ရန်ကုန်၊ ၂၀၀၂။

၁၄။ မဇ္ဈိမပဏ္ဏာသအဋ္ဌကထာ၊ ဗုဒ္ဓသာသနာအဖွဲ့ပုံနှိပ်တိုက်၊ ကမ္ဘာအေး၊ ရန်ကုန်၊ ၁၉၇၁။

၁၅။ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်အဋ္ဌကထာ၊ ပထမ၊ ဗုဒ္ဓသာသနာအဖွဲ့ပုံနှိပ်တိုက်၊ ကမ္ဘာအေး၊ ရန်ကုန်၊ ၁၉၇၀။

၁၆။ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်အဋ္ဌကထာ၊ ဒုတိယ၊ ဗုဒ္ဓသာသနာအဖွဲ့ပုံနှိပ်တိုက်၊ ကမ္ဘာအေး၊ ရန်ကုန်၊ ၁၉၉၃။

၁၇။ အင်္ဂုတ္တရဋီကာ၊ ပထမ၊ ဗုဒ္ဓသာသနာအဖွဲ့ပုံနှိပ်တိုက်၊ ကမ္ဘာအေး၊ ရန်ကုန်၊ ၁၉၆၁။

၁၈။ အင်္ဂုတ္တရဋီကာ၊ ဒုတိယ၊ဗုဒ္ဓသာသနာအဖွဲ့ပုံနှိပ်တိုက်၊ ကမ္ဘာအေး၊ ရန်ကုန်၊ ၁၉၆၁။

၁၉။ အင်္ဂုတ္တရဋီကာ၊ တတိယ၊ ဗုဒ္ဓသာသနာအဖွဲ့ပုံနှိပ်တိုက်၊ ကမ္ဘာအေး၊ ရန်ကုန်၊ ၁၉၆၁။

၂၀။ ပရမတ္ထသရူပဘေဒနီကျမ်း၊ မဟာဝိသုဒ္ဓါရာမဆရာတော်၊ ကမ္ဘာအေးစာပုံနှိပ်တိုက်၊ ကမ္ဘာအေး၊ ရန်ကုန်၊ ၂၀၁၀။

၂၁။ ဝိပဿနာရှုနည်းကျမ်း၊ ပထမတွဲ၊ မဟာစည်ဆရာတော်၊

သာသနာရေးဦးစီးဌာနပုံနှိပ်တိုက်၊ ကမ္ဘာအေး၊ ရန်ကုန်၊ ၁၉၇၈။

၂၂။ ဝိနယဝိနိစ္ဆယသင်္ဂဟကျမ်း၊ မဟာစည်ဆရာတော်၊
ရွှေရောင်လင်းပုံနှိပ်တိုက်၊ သဃ်န်းကျွန်း၊ ရန်ကုန်၊ ၂၀၁၇၊ ဆဋ္ဌမအကြိမ်။

၂၃။ မဟာဗုဒ္ဓဝင်၊ တတိယတွဲ၊ တိပိဋကဓရဆရာတော်ဦးဝိစိတ္တသာရာဘိဝံသ၊သာသနာရေးဦးစီးဌာန ပုံနှိပ်တိုက်၊ ကမ္ဘာအေး၊ ရန်ကုန်၊ ၁၉၉၇၊ သတ္တမအကြိမ်။

၂၄။သဂြိုဟ်ဘာသာဋီကာ၊အရှင်ဇနကာဘိဝံသ၊နယူးဘားမားအော့(ဖ်)ဆက်ပိဋကပုံနှိပ်တိုက်၊ အမရပူရမြို့၊ ၂၀၀၀၊ သတ္တမအကြိမ်။

၂၅။ သပြေကန်ပရိတ်ကြီးနိဿယသစ်၊ အရှင်ဝါသေဋ္ဌာဘိဝံသ၊
စိုးမိုးမိတ်ဆက်ပုံနှိပ်တိုက်၊ရန်ကုန်၊ ၁၉၉၂၊သတ္တမအကြိမ်။

၂၆။ နှလုံးသားဝယ် ဘုရားတည်၊ တိပိဋကဓရ(ယော)ဆရာတော်၊
မဟာမိဒီယာပုံနှိပ်လုပ်ငန်း၊ ကမာရွတ်၊ ၁၉၉၈။

၂၇။ သီဟိုဠ်ခေတ်စံတော်ဝင်အရိယာများ၊ ဓမ္မာစရိယဦးဌေးလှိုင်၊
ပညာ့ဗိမာန်ပုံနှိပ်တိုက်၊ ရန်ကုန်၊ ၁၉၈၁။



စာအုပ်အလှူရှင်များ

၁။ Maung Tha Lin + Ma Sandra , Son Ty Ler

California, U.S.A

၂။ ဒေါက်တာ မောင်မောင်ခင် + မန္တဲ့နွဲ့ဝင်း

သား မောင်ကောင်းခန့်ဇော် မိသားစု

၃။ TAM HUONG Family

Ho Chi Minh City, Vietnam.

၄။ ကိုအောင်စိန် + မဇာခြည်လှိုင်

သမီး မပွင့်ဦးခင်၊ သား မောင်သွင်ဟန်ချို

၅။ ဦးကောင်းသွင် သား Edison Daniyel + သမီး New Daniyel

၆။ A's Sushi Family

၇။ ဦးလှဖေ + ဒေါ်ခင်အေး၊ သမီး မမျိုးမင်းသင်း

၈။ မသင်းသင်းဦး

၉။ ကိုညီညီ + မထူး

၁၀။ ကိုသူရအား ရည်စူး၍ ဇနီး မမိုးမိုး၊ သမီး မသဲသဲ

၁၁။ ရဟန်းအမကြီး ဒေါက်တာဒေါ်ခင်မြင့်မြင့်

၁၂။ ကိုကျော်မင်း + မမေကြူ

၁၃။ ဦးထွန်းခိုင်ကို အမှူးထား၍ ကိုအိုက်ကြူ + မရီရီခိုင် မိသားစု

၁၄။ Winston + Julia Thant Family

၁၅။ Pui San Lam + Lan Ying Chug

Katherine Lam, Karma Mae Lam

၁၆။ ဒေါ်ကျင်မေ

၁၇။ မအေးနီနီ၊ သမီး မပြည့်ပြည့် (Victoria Maung Maung)

၁၈။ ဦးစိုးလွင် + ဒေါ်ကြင်ရီ

၁၉။ ကိုဖိုးခွါး + မဝင်းဝင်းပြုံး

၂၀။ ကိုစိန်မောင် + မခင်စန်းကြည်

၂၁။ ကိုဝီလျှံ + မဝင်းဝင်းမာ

၂၂။ ကိုဇော်လင်းအောင် + မအိသိမ့်သိမ့်အောင်

၂၃။ ကိုဘုန်းစံ + မကြူကြူ

၂၄။ ကိုအောင်ကျော်မိုး + မသွယ်ဇင် မိသားစု

၂၅။ ဒေါ်အေးအေးဝင်း + ဒေါ်ညိုညိုဝင်း
အန်တီအေး + အန်တီညိုအထည်ဆိုင်၊ လှည်းတန်းဈေး။

၂၆။ ခမည်းတော်ကြီး ဦးထွန်းမြအားအမှူးထား၍
ဦးမောင်မောင် + ဒေါ်တင်တင်မိသားစု၊ ကျွန်းလှမြို့သစ်။

၂၇။ ကိုဝေဖြိုး + မနုနုအောင်
သမီး မခိုင်ဇင်သန့်၊ သား မောင်ဇေယျာထက်မိသားစု၊ သဃ်န်းကျွန်း။

၂၈။ ဦးမျိုးနိုင် + ဒေါ်ဆွေဆွေဝင်း
သမီး ခိုင်ပွင့်ဝေထွန်း မိသားစု၊ ကျွန်းလှ။

==========